叶兴阳
双语音标有声读物
双语音标
阅读创始人
注音阅
读英语
教育之父
English
注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 友谊俱乐部食谱(friendship Club Cook Book) 000001
2. 友谊俱乐部食谱(friendship Club Cook Book) 000002
3. 友谊俱乐部食谱(friendship Club Cook Book) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

友谊俱乐部食谱(Friendship Club Cook Book)
第1/3页

[-] [nəʊt] :
Transcriber's Note :
转录员的 笔记 :

转录者注:

['evri] ['efət] [hæz; həz] [biːn] [meɪd] [tuː; tə] ['replɪkeɪt] [ðɪs] [tekst][æz; əz] ['feɪθfəli] [æz; əz]['pɒsəb(ə)l] .
Every effort has been made to replicate this text as faithfully as possible .
每一个 努力 有 到过 制成 到 复制 这 文本 作为 忠实 作为 可能的 .

我们已尽一切努力尽可能忠实地复制此文本。

['mɪsɪŋ] [ˌpʌŋktʃu'eɪʃn] [ænd; ənd]['speɪsɪz][hæv; həv] [biːn] ['ædɪd] , [ænd; ənd] [ˌkæpɪtəlaɪ'zeɪʃn] [hæz; həz]
Missing punctuation and spaces have been added , and capitalization has
丢失的 标点 和 空间 有 到过 额外 , 和 资本化 有
[biːn] [fɪkst] .
been fixed .
到过 固定的 .

已添加缺失的标点符号和空格，并已修正大小写错误。

[sʌm; səm]['ʌðə(r)] ['tʃeɪndʒɪz] [hæv; həv] [biːn] [meɪd] .
Some other changes have been made .
一些 其他 变化 有 到过 制成 .

还做了一些其他改动。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['lɪstɪd] [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði][tekst] .
They are listed at the end of the text .
他们 是 列出 在 这 结尾 的 这 文本 .

它们列在文章末尾。

['haɪfənz] [hæv; həv] [biːn] [kən'vɜːtɪd] [tuː; tə] ['dæʃɪz] [weə(r)] [ə'prəʊpriət] .
Hyphens have been converted to dashes where appropriate .
连字符 有 到过 转换 到 破折号 在哪里 合适的 .

适当的连字符已转换为破折号。

[ˌʌndər'laɪnd] [tekst][hæz; həz] [biːn] [kən'vɜːtɪd] [tuː; tə][ɪ'tælɪks] .
Underlined text has been converted to italics .
下划线 文本 有 到过 转换 到 斜体 .

带下划线的文本已转换为斜体。

['frendʃɪp] [klʌb] [kʊk] [bʊk]
Friendship Club Cook Book
友谊 俱乐部 厨师 书

友谊俱乐部食谱

['fɔːwəd]
FOREWARD
前言

前言

[ðə; ði] ['frendʃɪp] [klʌb] [ɪz][æn; ən][ɪn'tɜː(r)] - ['reɪʃ(ə)l] ['wɪmɪnz] ['səʊʃ(ə)l] [klʌb] .
The Friendship Club is an inter - racial women's social club .
这 友谊 俱乐部 是 一个 间 - 种族 女性的 社会的 俱乐部 .

友谊俱乐部是一个跨种族的女性社交俱乐部。

[ˌaɪ ˈtiː][wɒz; wəz] [ˈfaʊndɪd] [tuː] [jˈiəz] [əˈgəʊ][ɪn] [ˈmædɪsn] [baɪ][ə; eɪ] [gruːp] [ɒv; əv][ˈniːgrəʊ][ænd; ənd] [waɪt]
It **was** **founded** **two** **years** **ago** **in** **Madison** **by** **a** **group** **of** **Negro** **and** **white**
它 曾是 创立 二 年 前 在 麦迪逊 经过 一个 团体 的 黑人 和 白色的
[ˈwɪmɪn] ,
women **,**
女性 ,

它由一群黑人和白人女性于两年前在麦迪逊创立。

[huː] [felt] [ðæt] [ɪn] [dɪˈveləpɪŋ] [ˈmjuːtʃuəl] [ˌʌndəˈstændɪŋ] [əˈmʌŋ] [ðəmˈselvz] ,
who **felt** **that** **in** **developing** **mutual** **understanding** **among** **themselves** **,**
WHO 毛毡 那 在 发展 相互的 理解 之中 他们自己 ,

他们认为，在增进彼此了解的过程中，

[ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [ðʌs] [ˈɑːnsərɪŋ] [ə; eɪ][məʊst] [greɪv] [rɪˈzʌlt] [ɒv; əv] [ˌsegrɪˈgeɪʃn] — [ˈɪgnərəns] .
they **were** **thus** **answering** **a** **most** **grave** **result** **of** **segregation** **—** **ignorance** **.**
他们 是 因此 回答 一个 最多 严重 结果 的 隔离 — 无知 .

他们因此回应了种族隔离最严重的后果——无知。

[ɪn][ðə; ði] [kɔːs] [ɒv; əv][ɪts] [ʃɔːt] [ˈhɪstri; ˈhɪstəri] , [ðə; ði] [klʌb] [hæz; həz] [brɔːt] [təˈgeðə(r)] [waɪt] ,
In **the** **course** **of** **its** **short** **history** **,** **the** **club** **has** **brought** **together** **white** **,**
在 这 课程 的 它是 短的 历史 , 这 俱乐部 有 带来 一起 白色的 ,

在其短暂的历史中，该俱乐部聚集了白人，

[ˈniːgrəʊ] , [ˌtʃaɪˈniːz] , [ˈdʒuːɪʃ] , [ˈkæθlɪk] [ænd; ənd] [ˈprɒtɪstənt] [ˈwɪmɪn] ; [ˈwɜːkɪŋ] [ænd; ənd]
Negro **,** **Chinese** **,** **Jewish** **,** **Catholic** **and** **Protestant** **women** **;** **working** **and**
黑人 , 中国人 , 犹太人 , 天主教 和 新教 女性 ; 在职的 和
[prəˈfeʃən(ə)l] [ˈwɪmɪn] , [ˈstjʊdnts] [ænd; ənd] [ˈtiːtʃə(r)z] , [ˈmʌðəz] [ænd; ənd] [ˈhaʊswaɪvz] .
professional **women** **,** **students** **and** **teachers** **,** **mothers** **and** **housewives** **.**
专业的 女性 , 学生 和 教师 , 母亲们 和 家庭主妇 .

黑人妇女、华人妇女、犹太妇女、天主教妇女和新教妇女；职业妇女、学生和教师、母亲和家庭主妇。

[ɪn][ɪnˈfɔːm(ə)l] [ˈgæðərɪŋz] , [æt; ət][ˈaʊə(r)][pɒt] - [lʌk] [ˈsʌpəz] , [ˈsəʊɪŋ] [ˈbiːz] , [tiːz] [ænd; ənd] [ˈkɒfi]
In **informal** **gatherings** **,** **at** **our** **pot** **-** **luck** **suppers** **,** **sewing** **bees** **,** **teas** **and** **coffee**
在 非正式 聚会 , 在 我们的 锅 - 运气 晚餐 , 缝纫 蜜蜂 , 茶 和 咖啡
[ˈaʊəz] ,
hours **,**
小时 ,

在非正式聚会上，比如我们的百乐餐、缝纫聚会、茶话会和咖啡时间，

[ðə; ði] [ˈwɪmɪn] [ɒv; əv][ðə; ði] [ˈfrendʃɪp] [klʌb] [hæv; həv] [geɪnd] [ˈɪnsaɪt] [ˈɪntuː] [iːtʃ] [ˈʌðə(r)z] [ˈprɔːbləmz]
the **women** **of** **the** **Friendship** **Club** **have** **gained** **insight** **into** **each** **others** **problems**
这 女性 的 这 友谊 俱乐部 有 获得 洞察力 进入 每个 其他的 问题
[ænd; ənd][ˌɑːr ˈiː] - [əˈfɜːrm] [ðeə(r)] [ˈkɒnfɪdəns] [ðæt] [ɪf] [ˈpiːp(ə)l][ɒv; əv] [ˈdɪfrənt] [ˈreɪsɪz] ,
and **re** **-** **affirmed** **their** **confidence** **that** **if** **people** **of** **different** **races** **,**
和 关于 - 确认 他们的 信心 那 如果 人们 的 不同的 种族 ,

友谊俱乐部的女性成员们加深了对彼此问题的了解，并重申了她们的信念：如果不同种族的人们……

[kriːdz] [ænd; ənd][ˈnæʃ(ə)nəl][ˈɒrɪdʒɪnz] [wʊd] [bʌt; bət][hæv; həv][ðə; ði] [ˌɒpəˈtjuːnəti] [tuː; tə] [nəʊ] [ænd; ənd]
creeds **and** **national** **origins** **would** **but** **have** **the** **opportunity** **to** **know** **and**
信条 和 国家的 起源 会 但 有 这 机会 到 知道 和
[əˈpriːʃieɪt] [iːtʃ] [ˈʌðə(r)] ,
appreciate **each** **other** **,**
欣赏 每个 其他 ,

信仰和国籍或许不同，但他们有机会彼此了解和欣赏。

[ˌaɪ ˈtiː] [wʊd] [biː; bi][ə; eɪ] [lɒŋ] [step] [ˈfɔːwəd] [təˈwɔːdz] [ˈsɒlvɪŋ] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] [ˈtraɪɪŋ] [ˈprɔːbləmz]
it **would** **be** **a** **long** **step** **forward** **towards** **solving** **some** **of** **the** **trying** **problems**
它 会 是 一个 长的 步 向前 向 解决 一些 的 这 尝试 问题
[wɪtʃ] [feɪs] [ˌjuː ˈes][ɔːl] .
which **face** **us** **all** **.**
哪个 脸 我们 全部 .

这将是朝着解决我们所有人面临的一些棘手问题迈出的重要一步。

[ðɪs] ['lɪt(ə)l] [bʊk] [ɪz][ə; eɪ]['təʊkən][ɒv; əv]['aʊə(r)] ['frendʃɪp] [ænd; ənd] [feɪθ] [ɪn] [iːtʃ] ['ʌðə(r)][ænd; ənd][ɪn]
This little book is a token of our friendship and faith in each other and in
这 小的 书 是 一个 令牌 的 我们的 友谊 和 信仰 在 每个 其他 和 在
[ɔːl] ['piːp(ə)l] . -
all people . 1951
全部 人们 . -

这本小册子是我们彼此之间以及对全人类的友谊和信任的象征。1951年

['mædɪsn] , [wɪs'kɒnsɪn]
Madison , Wisconsin
麦迪逊 , 威斯康星州

威斯康星州麦迪逊

['frendʃɪp] [klʌb] [kʊk] [bʊk]
FRIENDSHIP CLUB COOK BOOK
友谊 俱乐部 厨师 书

友谊俱乐部食谱

['krɪsməs] — -
CHRISTMAS — 1951
圣诞节 — -

1951年圣诞节

['kɒntents]
CONTENTS
内容

内容

[miːts] , ['ɒntreɪz] , [fɪʃ] , [wʌn] - [dɪʃ] [miːlz] [waɪt]
Meats , Entrees , Fish , One - Dish Meals WHITE
肉类 , 主菜 , 鱼 , 一 - 盘子 餐 白色的

肉类、主菜、鱼类、单道菜 白色

[hɒt] ['vedʒtəb(ə)lz] , ['sælədz] , ['sæləd] ['dresɪŋz] [gəʊld]
Hot Vegetables , Salads , Salad Dressings GOLD
热的 蔬菜 , 沙拉 , 沙拉 敷料 金子

热蔬菜、沙拉、沙拉酱（金牌）

['kʊkiz] , [keɪks] , ['frɒstɪŋ] , [dɪ'zɜːts] [waɪt]
Cookies , Cakes , Frostings , Desserts WHITE
曲奇饼 , 蛋糕 , 糖霜 , 甜点 白色的

饼干、蛋糕、糖霜、甜点 白色

[bredz] , [hɒt] [bredz] , ['brekfəst] ['speʃəltiz] [griːn]
Breads , Hot Breads , Breakfast Specialties GREEN
面包 , 热的 面包 , 早餐 专业 绿色的

面包、热面包、特色早餐（绿色）

[ɪn] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] ['kʊkbʊk] [juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd][ðə; ði] ['feɪvərɪt] ['resəpɪz][ɒv; əv][ðə; ði] [klʌb] ['membəz]
In this little cookbook you will find the favorite recipes of the Club members
在 这 小的 食谱 你 将要 寻找 这 最喜欢的 食谱 的 这 俱乐部 成员
[ænd; ənd] ['meni] [ɒv; əv][ðeə(r)] [frendz] .
and many of their friends .
和 许多 的 他们的 朋友们 .

在这本小小的食谱中，你会找到俱乐部成员及其许多朋友最喜欢的食谱。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['feɪvərɪts] [fɔː(r); fə(r)][wʌn][ɔː(r)][mɔː(r)][ɒv; əv] [θriː] ['riːz(ə)nz] — [ɪ'kɒnəmi] , [iːz] [ɒv; əv]
They are favorites for one or more of three reasons — economy , ease of
他们 是 收藏夹 为了 一 或者 更多的 的 三 原因 — 经济 , 舒适 的
[ˌprepə'reɪʃ(ə)n] , [ɔː(r)][ʌn'juːʒuəl] ['teɪstinəs] .
preparation , or unusual tastiness .
准备 , 或者 异常 美味 .

它们之所以受欢迎，原因可能有以下三点中的一点或多点——经济实惠、易于烹饪或味道独特。

[ðə; ði] [sɪm'plɪsəti] [ɒv; əv][ðə; ði] [bʊk] [ɪz][ɪn] ['kiːpɪŋ] [wɪð] [ðə; ði] [sɪm'plɪsəti] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [bɪ'liːf] —

The	simplicity	of	the	book	is	in	keeping	with	the	simplicity	of	our	belief	—
这	简单	的	这	书	是	在	保持	和	这	简单	的	我们的	信仰	—

['aʊə(r)] ['dɪfərənsɪz] [ɑː(r); ə(r)] [ˌsuːpə'fɪʃ(ə)l] ;

our	differences	are	superficial	;
我们的	差异	是	浅	;

这本书的简洁性与我们信仰的简洁性相符——我们的分歧是肤浅的;

['aʊə(r)] ['laiknis] [ɑː(r); ə(r)][ˌfʌndə'ment(ə)l] .

our	likenesses	are	fundamental	.
我们的	肖像	是	基本的	.

我们的相似之处至关重要。

[fɔː(r); fə(r)][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][ɔːl] ['membəz] [ɒv; əv][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [reɪs] — [ðə; ði]['hjuːmən] [reɪs] .

For	we	are	all	members	of	a	single	race	—	the	human	race	.
为了	我们	是	全部	成员	的	一个	单身的	种族	—	这	人类	种族	.

因为我们都是同一个种族——人类的成员。

['swiːdɪʃ] ['miːtˌbɔːlz]

SWEDISH	MEATBALLS
瑞典	肉丸

瑞典肉丸

[ˌtuː'tuː][siː] [sɒft] [bred] [krʌmz]

2	C	soft	bread	crumbs
2	C	柔软的	面包	面包屑

杯软面包屑

¾ [siː]['wɔːtə(r)]

¾	C	water
¾	C	水

¾ 杯水

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

[graʊnd] [biːf]

ground	beef
地面	牛肉

碎牛肉

[sɪks][tiː] [draɪd] [mɪlk]

6	T	dried	milk
6	T	干燥	牛奶

6汤匙奶粉

[wʌn] [eg] — ['slaɪtli] ['biːt(ə)n]

1	egg	—	slightly	beaten
1	蛋	—	轻微地	被打败

个鸡蛋——略微打散

[ˌtuː'tuː][tiː] [mɪnst] ['ʌnjən]

2	T	minced	onion
2	T	剁碎	洋葱

2汤匙切碎的洋葱

1½ [tiː][sɔːlt]

1½	t	salt
1½	t	盐

1.5 茶匙盐

¼ [tiː] ['nʌtmeg]

¼	t	nutmeg
¼	t	肉豆蔻

¼ 茶匙肉豆蔻

⅛ [tiː] ['pepə(r)]

⅛	t	pepper
⅛	t	胡椒

⅛茶匙胡椒粉

¼ [siː]['flaʊə(r)]

¼	C	flour
¼	C	面粉

¼ 杯面粉

¼ [siː][fæt]

¼	C	fat
¼	C	胖的

¼ 杯脂肪

[ˌtuː'tuː][siː] [mɪlk]

2	C	milk
2	C	牛奶

杯牛奶

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

¼ [tiː] ['nʌtmeg]

¼	t	nutmeg
¼	t	肉豆蔻

¼ 茶匙肉豆蔻

[səʊk] [bred] [ɪn]['wɔːtə(r)] .

Soak	bread	in	water	.
浸泡	面包	在	水	.

将面包浸泡在水中。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] [miːt] .

Add	to	meat	.
添加	到	肉	.

加入肉中。

['sprɪŋk(ə)l] [draɪd] [mɪlk] ['əʊvə(r)] [ðɪs] .

Sprinkle	dried	milk	over	this	.
撒	干燥	牛奶	超过	这	.

在上面撒上奶粉。

[blend] ['θʌrəli] .

Blend	thoroughly	.
混合	彻底	.

充分搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː] [rest] [ɒv; əv] [ɪn'griːdiənts] ([ɪk'sept] ['flaʊə(r)][ænd; ənd][fæt]) .

Add	rest	of	ingredients	(	except	flour	and	fat	)	.
添加	休息	的	原料	(	除了	面粉	和	胖的	)	.

加入剩余的食材（面粉和油脂除外）。

[meɪk] [wʌn] " ['miːtˌbɔːlz] ; [rəʊl][ɪn]['flaʊə(r)] ; [braʊn] [ɪn][fæt] .

Make	1	"	meatballs	;	roll	in	flour	;	brown	in	fat	.
制作	1	"	肉丸	;	卷	在	面粉	;	棕色的	在	胖的	.

制作 1 英寸肉丸；裹上面粉；用油脂煎至金黄。

[rɪˈmuːv]	[frɒm; frəm]	[ˈskɪlɪt]	.
Remove	**from**	**skillet**	**.**
消除	从	煎锅	.

从煎锅中取出。

[ˌeɪ diː ˈdiː][fæt]	[tuː; tə][pæn]	[tuː; tə] [meɪk]	[fɔːr][tiː] .	[kəmˈbaɪn]	[ˌtuːˈtuː][tiː] .	[ˈkɔːnstɑːtʃ]	[wɪð]	[smɔːl]	[əˈmaʊnt]
Add	**fat**	**to**	**pan**	**to**	**make**	**4**	**T**	**.**	**Combine**
添加	胖的	到	平底锅	到	制作	4	T	.	结合

2	**T**	**.**	**cornstarch**	**with**	**small**	**amount**
2	T	.	玉米淀粉	和	小的	数量

[ɒv; əv]	[mɪlk]	[tuː; tə] [meɪk]	[peɪst]	.
of	**milk**	**to**	**make**	**paste**	**.**
的	牛奶	到	制作	粘贴	.

在锅中加入油脂，使其达到 4 汤匙的量。将 2 汤匙玉米淀粉与少量牛奶混合制成糊状物。

[ˌeɪ diː ˈdiː]	[mɪlk]	[tuː; tə][ˌtuːˈtuː][siː] .
Add	**milk**	**to**	**2**	**C**	**.**
添加	牛奶	到	2	C	.

加入牛奶至 2 杯。

[ˌeɪ diː ˈdiː]	[ˈsiːzənɪŋ]	[ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][ˈmɪkstʃə(r)][tuː; tə]	[ˈmeltɪd]	[fæt] .
Add	**seasoning**	**and**	**add**	**mixture**	**to**	**melted**	**fat**	**.**
添加	调料	和	添加	混合物	到	融化	胖的	.

加入调味料，然后将混合物倒入融化的油脂中。

[kʊk]	[ˈəʊvə(r)]	[ləʊ]	[hiːt]	,	[ˈstɜːrɪŋ]	[ˈkɒnstəntli]	[ʌnˈtɪl]	[θɪk]	.
Cook	**over**	**low**	**heat**	**,**	**stirring**	**constantly**	**until**	**thick**	**.**
厨师	超过	低的	热	,	搅拌	不断地	直到	厚的	.

小火慢煮，不断搅拌至浓稠。

[rɪˈtɜːn]	[ˈmiːtˌbɔːlz]	[tuː; tə][ˈgreɪvi][ænd; ənd]	[ˌriːˈhiːt]	.
Return	**meatballs**	**to**	**gravy**	**and**	**reheat**	**.**
返回	肉丸	到	肉汁	和	再加热	.

将肉丸放回肉汁中重新加热。

[ˈkriːəʊl]	[ˈtʃɪkɪn]
CREOLE	**CHICKEN**
克里奥尔语	鸡

克里奥尔鸡肉

[ˌtuːˈtuː]	[puːləts]	(	[sprɪŋ]	[ˈtʃɪkɪnz]	)
2	**poulets**	**(**	**spring**	**chickens**	**)**
2	鸡	(	春天	鸡	)

2只小鸡（春鸡）

[ˌtuːˈtuː]	[lɑːdʒ]	[ˈʌnjənz]	[slaɪst]
2	**large**	**onions**	**sliced**
2	大的	洋葱	切片

2个大洋葱切片

[ˌtuːˈtuː]	[kləʊvz]	[ˈgɑːlɪk]
2	**cloves**	**garlic**
2	丁香	蒜

2瓣大蒜

[sɪks]	[lɑːdʒ]	[təˈmɑːtəʊz]
6	**large**	**tomatoes**
6	大的	西红柿

6个大番茄

[sɪks]	[swiːt]	[griːn]	[ˈpepəz]
6	**sweet**	**green**	**peppers**
6	甜的	绿色的	辣椒

6个甜青椒

[ˌtuːˈtuː][ɔː(r)][θriː] [sprɪgz] [taɪm]

2	or	3	sprigs	thyme
2	或者	3	枝条	百里香

2或3枝百里香

[ˌtuːˈtuː] [sprɪgz] [ˈpɑːsli]

2	sprigs	parsley
2	枝条	香菜

枝欧芹

[wʌn] [beɪ] [liːf]

1	bay	leaf
1	湾	叶子

1片月桂叶

[ˌtuːˈtuː][tiː][ˈbʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

[ˌtuːˈtuː][tiː][ˈflaʊə(r)]

2	T	flour
2	T	面粉

2汤匙面粉

[ˌtuːˈtuː][siː] [stɒk] [ɔː(r)][ˈwɔːtə(r)]

2	C	stock	or	water
2	C	库存	或者	水

杯水或水

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[ˈpepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

[dɪsˈdʒɔɪnt] [ˈtʃɪkɪn] , [ˈsiːz(ə)n] [wel] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd][ˈpepə(r)] .

Disjoint	chicken	,	season	well	with	salt	and	pepper	.
不相交	鸡	,	季节	出色地	和	盐	和	胡椒	.

将鸡块切块，用盐和胡椒粉充分调味。

[kʊk] [ˈtʃɪkɪn] [ɪn] [ˈmeltɪd] [ˈbʌtə(r)] [ʌnˈtɪl] [braʊn] [ɔːl][ˈəʊvə(r)] .

Cook	chicken	in	melted	butter	until	brown	all	over	.
厨师	鸡	在	融化	黄油	直到	棕色的	全部	超过	.

用融化的黄油将鸡肉煎至表面金黄。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ˈʌnjən][ænd; ənd] [braʊn] [ˈlaɪtli] .

Add	onion	and	brown	lightly	.
添加	洋葱	和	棕色的	轻轻	.

加入洋葱，略微炒至褐色。

[ˈsprɪŋk(ə)l] [wɪð] [ˈflaʊə(r)] , [mɪks][ænd; ənd] [kʊk] [ʌnˈtɪl][ˈflaʊə(r)] [braʊnz] .

Sprinkle	with	flour	,	mix	and	cook	until	flour	browns	.
撒	和	面粉	,	混合	和	厨师	直到	面粉	棕色	.

撒上面粉，搅拌均匀，煮至面粉呈褐色。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [slaɪst] [təˈmɑːtəʊz] , [tʃɒpt] [ˈgɑːlɪk][ænd; ənd] [hɜːbs] [ænd; ənd] [ˈpepəz] .

Add	sliced	tomatoes	,	chopped	garlic	and	herbs	and	peppers	.
添加	切片	西红柿	,	切碎	蒜	和	草药	和	辣椒	.

加入切片番茄、蒜末、香草和辣椒。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] ['sɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Cover	and	simmer	for	20	minutes	.
覆盖	和	煨	为了	-	分钟	.

盖上锅盖，小火煮20分钟。

[ˌeɪ diː 'diː][hɒt] [stɒk] [ɔː(r)]['wɔːtə(r)] , ['siːz(ə)n] ['haɪli] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)][ænd; ənd] ['sɪmə(r)]

Add	hot	stock	or	water	,	season	highly	with	salt	and	pepper	and	simmer
添加	热的	库存	或者	水	,	季节	高度	和	盐	和	胡椒	和	煨

[fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [mɔː(r)] .

for	45	minutes	more	.
为了	-	分钟	更多的	.

加入热高汤或水，用盐和胡椒粉充分调味，再炖煮 45 分钟。

[sɜːv] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['tʃɪkɪn] [wɪð] [sɔːs] [pɔː] ['əʊvə(r)][ðem; ðəm] .

Serve	pieces	of	chicken	with	sauce	poured	over	them	.
服务	件	的	鸡	和	酱	倾倒	超过	他们	.

将鸡块盛盘，淋上酱汁即可。

[sɜːv] [wɪð] [raɪs] .

Serve	with	rice	.
服务	和	米	.

配米饭食用。

[tʃiːz] [beɪk]

CHEESE	BAKE
奶酪	烤

芝士焗烤

[steɪl] [bred] [kʌt][ɪn] ['piːsɪz]

stale	bread	cut	in	pieces
陈旧	面包	切	在	件

切成小块的隔夜面包

['ʌnjən] [tʃɒpt]

onion	chopped
洋葱	切碎

洋葱碎

[tʃiːz] ['greɪtɪd][ɔː(r)] [slaɪst] (['eni] ['prəʊses] [tʃiːz] [ɔːl'ðəʊ] [swɪs] [tʃiːz] [ɪz][best])

cheese	grated	or	sliced	(	any	process	cheese	although	Swiss	cheese	is	best	)
奶酪	磨碎的	或者	切片	(	任何	过程	奶酪	虽然	瑞士	奶酪	是	最好的	)

磨碎或切片的奶酪（任何加工奶酪均可，但瑞士奶酪最佳）

[wʌn] - [ˌtuː'tuː] [egz]

1	-	2	eggs
1	-	2	鸡蛋

1-2个鸡蛋

[mɪlk] ([ə'baʊt][wʌn][siː])

milk	(	about	1	C	)
牛奶	(	关于	1	C	)

牛奶（约1杯）

[sɔːlt]

salt
盐

盐

['pepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

[griːs] [ə; eɪ] [diːp] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Grease **a** **deep** **baking** **dish** **.**
润滑脂 一个 深的 烘烤 盘子 .

在深烤盘上抹油。

['kʌvə(r)] ['bɒtəm] [wɪð] [ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv] [bred] , [ðen] [tʃiːz] [ænd; ənd] ['ʌnjən] .
Cover **bottom** **with** **a** **layer** **of** **bread** **,** **then** **cheese** **and** **onion** **.**
覆盖 底部 和 一个 层 的 面包 , 然后 奶酪 和 洋葱 .

在底部铺上一层面包，然后放上奶酪和洋葱。

[ɔːl'tɜːnət] ['leɪəz] ['endɪŋ] [wɪð] [bred] .
Alternate **layers** **ending** **with** **bread** **.**
备用 层 结束 和 面包 .

交替分层，最后一层以面包片收尾。

[biːt] [eg] , [mɪlk][ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] .
Beat **egg** **,** **milk** **and** **seasoning** **.**
打 蛋 , 牛奶 和 调料 .

将鸡蛋、牛奶和调味料搅拌均匀。

[pɔː(r)] ['sləʊli] ['əʊvə(r)] ['leɪəz] .
Pour **slowly** **over** **layers** **.**
倒 缓慢地 超过 层 .

缓慢地将液体浇注在各层上。

[mɪlk]['mɪkstʃə(r)][ʃʊd; ʃəd] [fɪl] [hɑːf][ðə; ði] [dɪʃ] .
Milk **mixture** **should** **fill** **half** **the** **dish** **.**
牛奶 混合物 应该 充满 一半 这 盘子 .

牛奶混合物应占容器的一半。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] - [hɒt]['ʌv(ə)n][ə'baʊt] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] [braʊn] .
Bake **in** **moderate** **-** **hot** **oven** **about** **45** **minutes** **or** **until** **brown** **.**
烤 在 缓和 - 热的 烤箱 关于 - 分钟 或者 直到 棕色的 .

在中等温度的烤箱中烘烤约 45 分钟或直至呈棕色。

[swɪs] [tʃiːz] [paɪ]
SWISS **CHEESE** **PIE**
瑞士 奶酪 馅饼

瑞士奶酪派

[wʌn] - [naɪn] " [paɪ] [ʃel]
1 **-** **9** **"** **pie** **shell**
1 - 9 " 馅饼 壳

1-9英寸馅饼皮

½ - ¼ ['el biː] .
½ **-** **¼** **lb** **.**
½ - ¼ 磅 .

½-¼磅

[swɪs] [tʃiːz] ['greɪtɪd]
Swiss **cheese** **grated**
瑞士 奶酪 磨碎的

瑞士奶酪碎

[wʌn] - [ˌtuː'tuː] [egz] ['sepəreɪtɪd]
1 **-** **2** **eggs** **separated**
1 - 2 鸡蛋 分开

1-2个分离的鸡蛋

[wʌn][tiː] ['kɔːnstɑːtʃ]
1 **t** **cornstarch**
1 t 玉米淀粉

茶匙玉米淀粉

[wʌn][siː][mɪlk]
1 **C** **milk**
1 C 牛奶

杯牛奶

[mɪks] [eg] [jəʊk] , [tʃiːz] , [mɪlk] , ['kɔːnstɑːtʃ] [ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] .
Mix **egg** **yolks** **,** **cheese** **,** **milk** **,** **cornstarch** **and** **seasoning** **.**
混合 蛋 蛋黄 , 奶酪 , 牛奶 , 玉米淀粉 和 调料 .

将蛋黄、奶酪、牛奶、玉米淀粉和调味料混合。

[ˌeɪ diː 'diː] ['stɪfli] ['biːt(ə)n] [eg] ['waɪts] .
Add **stiffly** **beaten** **egg** **whites** **.**
添加 僵硬地 被打败 蛋 白人 .

加入打发至硬性发泡的蛋白。

[pɔː(r)]['ɪntuː] [ʌn'beɪkt] [paɪ] [ʃel] [ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl] [braʊn] .
Pour **into** **unbaked** **pie** **shell** **and** **bake** **until** **brown** **.**
倒 进入 未烘焙的 馅饼 壳 和 烤 直到 棕色的 .

倒入未烘烤的派皮中，烘烤至棕色。

[ə'baʊt] ½ ['aʊə(r)] .
About **½** **hour** **.**
关于 ½ 小时 .

大约半小时。

[ˌverɪ'eʃən] :
Variations **:**
变体 :

变体：

[ə; eɪ]) [æn; ən] ['ʌnjən] [səʊ'teɪd] [ɪn][fæt] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [tuː; tə][ðə; ði] [tʃiːz] ['mɪkstʃə(r)] .
a **)** **An** **onion** **sauteed** **in** **fat** **may** **be** **added** **to** **the** **cheese** **mixture** **.**
一个) 一个 洋葱 炒 在 胖的 可能 是 额外 到 这 奶酪 混合物 .

a) 可以将用油脂炒过的洋葱加入奶酪混合物中。

[biː]) [paɪ] [ʃel] [meɪ] [biː; bi] [laɪnd] [wɪð] [slaɪst] [tə'mɑːtəʊz] .
b **)** **Pie** **shell** **may** **be** **lined** **with** **sliced** **tomatoes** **.**
b) 馅饼 壳 可能 是 衬里 和 切片 西红柿 .

b) 派皮内可以铺上切片西红柿。

['beɪkən] [ænd; ənd] [biːf] ['bəːgəz]
BACON **AND** **BEEF** **BURGERS**
熏肉 和 牛肉 汉堡

培根牛肉汉堡

[faɪv]['slaɪsɪz]['beɪkən]
5 **slices** **bacon**
5 切片 熏肉

5片培根

[wʌn]['el biː] .
1 **lb** **.**
1 磅 .

1磅

[graʊnd] [biːf]
ground **beef**
地面 牛肉

碎牛肉

[ˌtuː'tuː][tiː] [tʃɒpt] ['ʌnjən]
2 **T** **chopped** **onion**
2 T 切碎 洋葱

2汤匙切碎的洋葱

[wʌn] [eg] , ['biːt(ə)n]

1	egg	,	beaten
1	蛋	,	被打败

1个鸡蛋，打散

½ [siː] [ʃɑːp] [tʃiːz] ['greɪtɪd]

½	C	sharp	cheese	grated
½	C	锋利的	奶酪	磨碎的

½ 杯磨碎的浓味奶酪

1½ [tiː]['kætsəp; 'kætsʌp]

1½	T	catsup
1½	T	番茄酱

1.5 汤匙番茄酱

1½ [tiː] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]

1½	T	Worcestershire	sauce
1½	T	伍斯特郡	酱

1.5 汤匙伍斯特沙司

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

¼ [tiː]['pepə(r)]

¼	t	pepper
¼	t	胡椒

¼茶匙胡椒粉

[kəm'baɪn] [ɔːl][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [ɪk'sept] [ðə; ði]['beɪkən] , ['mɪksɪŋ] [wel] .

Combine	all	the	ingredients	except	the	bacon	,	mixing	well	.
结合	全部	这	原料	除了	这	熏肉	,	混合	出色地	.

将除培根外的所有食材混合均匀。

[pæt][ðə; ði] [miːt] ['ɪntuː][ə; eɪ][rəʊl][ænd; ənd][slaɪs][wʌn] [ɪntʃ] [θɪk] .

Pat	the	meat	into	a	roll	and	slice	one	inch	thick	.
拍	这	肉	进入	一个	卷	和	片	一	英寸	厚的	.

将肉揉成卷状，切成一英寸厚的片。

[ræp] [iːtʃ] [slaɪs] [wɪð] [ə; eɪ][strɪp][ɒv; əv]['beɪkən] ['fɑːsnɪŋ] [wɪð] [ə; eɪ] ['tuːθpɪk] .

Wrap	each	slice	with	a	strip	of	bacon	fastening	with	a	toothpick	.
裹	每个	片	和	一个	条	的	熏肉	紧固	和	一个	牙签	.

用培根条将每一片面包卷起来，用牙签固定。

[brɔɪl] [ɔː(r)][pæn] [brɔɪl] [faɪv] ['mɪnɪts] [ɒn] [iːtʃ] [saɪd] .

Broil	or	pan	broil	5	minutes	on	each	side	.
烤	或者	平底锅	烤	5	分钟	在	每个	边	.

用烤箱烤或用平底锅煎，每面烤 5 分钟。

['suːki] ['jɑːki] ([ˌdʒæpə'niːz] [biːf] & ['vedʒtəb(ə)lz])

SUKI	YAKI	(	Japanese	beef	&	vegetables	)
苏琪	烤肉	(	日本人	牛肉	&	蔬菜	)

SUKI YAKI（日本牛肉和蔬菜）

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

[biːf] [kʌt][ɪn] [θɪn] [strɪps][ænd; ənd] ['paʊndɪd] [flæt] (['sɜːlɔɪn][ɪz] ['eksələnt])

beef	cut	in	thin	strips	and	pounded	flat	(	sirloin	is	excellent	)
牛肉	切	在	薄的	条状物	和	猛击	平坦的	(	西冷牛排	是	出色的	)

牛肉切成细条，捶打至扁平（西冷牛排最佳）

[griːn] [ˈʌnjənz]
green onions
绿色的 洋葱

青葱

[ˈseləri]
celery
芹菜

芹菜

[ˈwɔːtəkres]
watercress
西洋菜

西洋菜

[liːks]
leeks
韭菜

韭菜

[ˈeni] [ɒv; əv][ðə; ði] [əˈbʌv] [ˈvedʒtəb(ə)lz] [plʌs] [ˈeni] [ˈʌðə(r)][ˈvedʒtəb(ə)lz] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [ɪkˈsept] [ˈstɑːtʃi]
any of the above vegetables plus any other vegetables may be used except starchy
任何 的 这 多于 蔬菜 加 任何 其他 蔬菜 可能 是 用过的 除了 淀粉
[wʌnz] [laɪk] [pəˈteɪtəʊz]
ones like potatoes
一个 喜欢 土豆

以上任何蔬菜以及除土豆等淀粉类蔬菜以外的任何其他蔬菜均可使用。

[wʌn][tiː][ˈʃʊgə(r)]
1 T sugar
1 T 糖

1汤匙糖

[wʌn][tiː] [sɔɪ] [sɔːs]
1 T soy sauce
1 T 大豆 酱

1汤匙酱油

[fæt][fɔː(r); fə(r)] [ˈfraɪɪŋ]
fat for frying
胖的 为了 煎炸

用于煎炸的油脂

½ - [wʌn][siː] [biːf] [stɒk] [ɔː(r)][ˈbuːjɒn; ˈbuːjõ]
½ - 1 C beef stock or bouillon
½ - 1 C 牛肉 库存 或者 肉汤

½-1 杯牛肉高汤或肉汤

[fraɪ] [miːt] [ænd; ənd][ˈvedʒtəb(ə)lz] [slaɪst] [ˈveri] [θɪn] [ɪn][fæt][ɪn] [ˈsɔːspən] [ʌnˈtɪl] [braʊn] .
Fry meat and vegetables sliced very thin in fat in saucepan until brown .
炒 肉 和 蔬菜 切片 非常 薄的 在 胖的 在 平底锅 直到 棕色的 .

将切成薄片的肉和蔬菜放入平底锅中，用油脂煎至棕色。

[ˈmɔɪsn] [wɪð] [stɒk] ,
Moisten with stock ,
濡 和 库存 ,

用高汤润湿，

[ˌeɪ diː ˈdiː][ˈʃʊgə(r)][ænd; ənd] [sɔɪ] [sɔːs] [ænd; ənd][let] [ˈsɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)] - - - [ˈmɪnɪts] [ɔː(r)][ʌnˈtɪl]

add	sugar	and	soy	sauce	and	let	simmer	for	15	-	20	minutes	or	until
添加	糖	和	大豆	酱	和	让	煨	为了	-	-	-	分钟	或者	直到

[biːf] [ɪz][ˈtendə(r)] .

beef	is	tender	.
牛肉	是	投标	.

加入糖和酱油，小火慢炖 15-20 分钟，或直至牛肉软烂。

[sɜːv] [ˈəʊvə(r)][draɪ][raɪs] .

Serve	over	dry	rice	.
服务	超过	干燥	米	.

浇在干米饭上即可。

[nəʊt] : [pɔːk] [ɔː(r)] [ˈtʃɪkɪn] [meɪ] [biː; bi] [ˈsʌbstɪtjuːtɪd] [fɔː(r); fə(r)] [biːf]

note	:	Pork	or	chicken	may	be	substituted	for	beef
笔记	:	猪肉	或者	鸡	可能	是	替代	为了	牛肉

注：牛肉可用猪肉或鸡肉代替。

[ˈɒrɪndʒ] [miːt] [ləʊf]

ORANGE	MEAT	LOAF
橙子	肉	面包

橙肉饼

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

⅓ [siː] [mɪlk]

⅓	C	milk
⅓	C	牛奶

三分之一杯牛奶

[wʌn] [ˈʌnjən] [tʃɒpt]

1	onion	chopped
1	洋葱	切碎

1个洋葱切碎

[ˌtuːˈtuː][tiː][sɔːlt]

2	t	salt
2	t	盐

2茶匙盐

¼ [tiː] [ˈpepə(r)]

¼	t	pepper
¼	t	胡椒

¼茶匙胡椒粉

[wʌn][tiː] [ˈwʊstəʃə(r)] [sɔːs]

1	T	Worcestershire	Sauce
1	T	伍斯特郡	酱

汤匙伍斯特沙司

1½ [siː] [bred] [krʌmz]

1½	C	bread	crumbs
1½	C	面包	面包屑

1.5 杯面包屑

½ [ˈel biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[graʊnd] [biːf]
ground **beef**
地面 牛肉

碎牛肉

½ ['el biː] .
½ **lb** **.**
½ 磅 .

½磅

[graʊnd] [pɔːk]
ground **pork**
地面 猪肉

猪肉馅

½ ['el biː] .
½ **lb** **.**
½ 磅 .

½磅

[graʊnd] [viːl]
ground **veal**
地面 小牛肉

小牛肉碎

- - - ['ɒrɪndʒ] ['sekʃənz]
10 **-** **12** **orange** **sections**
- - - 橙子 部分

10-12瓣橙子

[ˌtuː'tuː][tiː]['ʃʊgə(r)]
2 **T** **sugar**
2 T 糖

2汤匙糖

[ˌtuː'tuː][tiː] [lait] [kɔːn] ['sɪrəp]
2 **T** **light** **corn** **syrup**
2 T 光 玉米 糖浆

2汤匙淡玉米糖浆

[ˌtuː'tuː][tiː] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs]
2 **T** **orange** **juice**
2 T 橙子 汁

2汤匙橙汁

[kəm'baɪn] [eg] , [mɪlk] , [sɔːlt] , ['pepə(r)] , ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] , [bred] [krʌmz] [ænd; ənd] [miːt] .
Combine **egg** **,** **milk** **,** **salt** **,** **pepper** **,** **Worcestershire** **sauce** **,** **bread** **crumbs** **and** **meat** **.**
结合 蛋 , 牛奶 , 盐 , 胡椒 , 伍斯特郡 酱 , 面包 面包屑 和 肉 .

将鸡蛋、牛奶、盐、胡椒粉、伍斯特沙司、面包屑和肉混合在一起。

[mɪks] [wel] ; [ʃeɪp] ['ɪntuː][ləʊf] [ə'baʊt]['sɛvən] ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] [ænd; ənd][ˌtuː'tuː] ['ɪntʃɪz] [haɪ] [ɪn] [griːzd]
Mix **well** **;** **shape** **into** **loaf** **about** **7** **inches** **long** **and** **2** **inches** **high** **in** **greased**
混合 出色地 ; 形状 进入 面包 关于 7 英寸 长的 和 2 英寸 高的 在 涂油
['beɪkɪŋ] [pæn] .
baking **pan** **.**
烘烤 平底锅 .

充分混合；在抹了油的烤盘中整形成长约 7 英寸、高约 2 英寸的面包状。

[kʌt] [slɪts] [ə'krɒs] [tɒp][ɒv; əv][ləʊf][ænd; ənd] [tʌk] [ɪn] ['ɒrɪndʒ] ['sekʃənz] .
Cut **slits** **across** **top** **of** **loaf** **and** **tuck** **in** **orange** **sections** **.**
切 缝隙 穿过 顶部 的 面包 和 塞进 在 橙子 部分 .

在面包顶部切几道口子，把橙子瓣塞进去。

[kəm'baɪn] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs] , ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] [kɔːn] ['sɪrəp] .

Combine	**orange**	**juice**	**,**	**sugar**	**and**	**corn**	**syrup**	**.**
结合	橙子	汁	,	糖	和	玉米	糖浆	.

将橙汁、糖和玉米糖浆混合。

[pɔː(r)]['əʊvə(r)][tɒp][ɒv; əv][ləʊf] , [rɪ'zɜ·vɪŋ] ⅓ [tuː; tə][juːz][fɔː(r); fə(r)] ['beɪstɪŋ] .

Pour	**over**	**top**	**of**	**loaf**	**,**	**reserving**	**⅓**	**to**	**use**	**for**	**basting**	**.**
倒	超过	顶部	的	面包	,	预订	⅓	到	使用	为了	涂抹	.

将酱汁倒在面包顶部，留出三分之一用于涂抹面包表面。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] [ə'baʊt] [wʌn]['aʊə(r)] , ['beɪstɪŋ] ['ɒf(ə)n] .

Bake	**in**	**moderate**	**oven**	**about**	**1**	**hour**	**,**	**basting**	**often**	**.**
烤	在	缓和	烤箱	关于	1	小时	,	涂抹	经常	.

放入预热至中等温度的烤箱烘烤约1小时，期间需经常刷油。

[spə'geti] [wɪð] ['gɑːlɪk] & [ɔɪl]

SPAGHETTI	**WITH**	**GARLIC**	**&**	**OIL**
意大利细面条	和	蒜	&	油

蒜油意大利面

½ - [wʌn]['el biː] .

½	**-**	**1**	**lb**	**.**
½	-	1	磅	.

½-1磅

[spə'geti]

spaghetti
意大利细面条

意大利细面条

[fɔːr] - [faɪv][tiː] ['ɒlɪv] [ɔɪl]

4	**-**	**5**	**T**	**olive**	**oil**
4	-	5	T	橄榄	油

4-5汤匙橄榄油

[θriː] - [fɔːr] [kləʊvz] ['gɑːlɪk]

3	**-**	**4**	**cloves**	**garlic**
3	-	4	丁香	蒜

3-4瓣大蒜

[sɔːlt]

salt
盐

盐

['pepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

['pɑːsli]

parsley
香菜

香菜

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]

boiling	**water**
沸腾	水

开水

[bɔɪl] [spə'geti] [ɪn] ['plenti] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)][səʊ] [ðæt] [strændz][ɑː(r); ə(r)] [wel] ['sepəreɪtɪd] [frɒm; frəm] [iːtʃ]

Boil	spaghetti	in	plenty	of	water	so	that	strands	are	well	separated	from	each
熬	意大利细面条	在	很多	的	水	所以	那	线	是	出色地	分开	从	每个

['ʌðə(r)] .

other	.
其他	.

将意大利面放入足量的水中煮，使面条充分分开。

[kʊk] [ʌn'tɪl]['tendə(r)][bʌt; bət] [stɪl] [fɜːm] .

Cook	until	tender	but	still	firm	.
厨师	直到	投标	但	仍然	公司	.

煮至软嫩但仍有嚼劲。

[duː; də][nɒt] [breɪk] [ðə; ði][strændz][ɒv; əv] [spə'geti] [ænd; ənd][duː; də][nɒt] [ˌəʊvə'kʊk] .

Do	not	break	the	strands	of	spaghetti	and	do	not	overcook	.
做	不是	休息	这	线	的	意大利细面条	和	做	不是	煮过头了	.

不要把意大利面弄断，也不要煮过头。

[dreɪn] [kʊkt] [spə'geti] [ɪn][ə; eɪ]['kʌləndə(r)] .

Drain	cooked	spaghetti	in	a	colander	.
流走	煮熟	意大利细面条	在	一个	滤器	.

将煮熟的意大利面沥干水分。

[pʊt] [spə'geti] [ɪn][ə; eɪ] ['fraɪɪŋ] [pæn] [wɪð] [ɔɪl][ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]['gɑːlɪk][hæz; həz] [biːn] [braʊn] .

Put	spaghetti	in	a	frying	pan	with	oil	in	which	the	garlic	has	been	browned	.
放	意大利细面条	在	一个	煎炸	平底锅	和	油	在	哪个	这	蒜	有	到过	棕色	.

将意大利面放入煎锅中，锅里要倒入油，油中要先将蒜末炒至金黄。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt] , ['pepə(r)][ænd; ənd] ['pɑːsli] .

Sprinkle	with	salt	,	pepper	and	parsley	.
撒	和	盐	,	胡椒	和	香菜	.

撒上盐、胡椒粉和欧芹碎。

[mɪks] [wel] & [let] ['sɪmə(r)] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] .

Mix	well	&	let	simmer	a	few	minutes	over	low	heat	.
混合	出色地	&	让	煨	一个	很少	分钟	超过	低的	热	.

搅拌均匀，用小火慢炖几分钟。

[sɜːv] [ɒn] [hɒt]['plætə(r)] .

Serve	on	hot	platter	.
服务	在	热的	拼盘	.

盛于热盘中。

[spaɪst] ['tʃɪkɪn] [stjuː]

SPICED	CHICKEN	STEW
加香料	鸡	炖

香料鸡肉炖菜

[wʌn] ['stjuːɪŋ] [hen] [kʌt] [ɪn] ['piːsɪz]

1	stewing	hen	cut	in	pieces
1	炖	母鸡	切	在	件

1只炖母鸡，切块

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən] [tʃɒpt]

1	large	onion	chopped
1	大的	洋葱	切碎

1个大洋葱切碎

[fɔːr] [beɪ] [liːvz]

4	bay	leaves
4	湾	树叶

4片月桂叶

[fɔːr] [həʊl] [kləʊvz]

4	whole	cloves
4	所有的	丁香

粒丁香

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [suːp]

1	can	tomato	soup
1	能	番茄	汤

1罐番茄汤

[sɔːlt] & ['pepə(r)]

salt	&	pepper
盐	&	胡椒

盐和胡椒

[meɪk] [ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['ʌnjən][ɪn][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['sɔːspən] .

Make	a	layer	of	the	onion	in	the	bottom	of	a	large	saucepan	.
制作	一个	层	的	这	洋葱	在	这	底部	的	一个	大的	平底锅	.

在大平底锅底部铺一层洋葱。

[pʊt][ðə; ði][s'paɪsɪz][ɒn][ðə; ði]['ʌnjən][ænd; ənd] [ðen] [ðə; ði] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['tʃɪkɪn] .

Put	the	spices	on	the	onion	and	then	the	pieces	of	chicken	.
放	这	香料	在	这	洋葱	和	然后	这	件	的	鸡	.

将香料放在洋葱上，然后放上鸡块。

[pɔː(r)][ə; eɪ][kæn; kən][ɒv; əv][tə'mɑːtəʊ] [suːp] ['əʊvə(r)][ðə; ði][tɒp] .

Pour	a	can	of	tomato	soup	over	the	top	.
倒	一个	能	的	番茄	汤	超过	这	顶部	.

在上面浇上一罐番茄汤。

[brɪŋ] [tuː; tə][ə; eɪ] [bɔɪl] [ænd; ənd] [rɪ'djuːs] [fleɪm] [səʊ] [ðæt] ['tʃɪkɪn] [kʊks] ['sləʊli] .

Bring	to	a	boil	and	reduce	flame	so	that	chicken	cooks	slowly	.
带来	到	一个	熬	和	减少	火焰	所以	那	鸡	厨师	缓慢地	.

煮沸后转小火慢炖鸡肉。

[wen] ['tʃɪkɪn] [ɪz]['tendə(r)][ænd; ənd] [braʊn] [rɪ'muːv] [s'paɪsɪz][ænd; ənd][juːz]['greɪvi]['əʊvə(r)][raɪs][ɔː(r)]

When	chicken	is	tender	and	browned	remove	spices	and	use	gravy	over	rice	or
什么时候	鸡	是	投标	和	棕色	消除	香料	和	使用	肉汁	超过	米	或者

[pə'teɪtəʊz] .

potatoes	.
土豆	.

鸡肉煮至软嫩金黄后，取出香料，将肉汁浇在米饭或土豆上即可。

['greɪvi] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['sɔːltɪd] [bɪ'fɔː(r)] ['sɜːvɪŋ] .

Gravy	should	be	salted	before	serving	.
肉汁	应该	是	咸的	前	服务	.

肉汁上桌前应该加盐。

[viːl] [tʌŋ]

VEAL	TONGUE
小牛肉	舌头

小牛舌

[fɔːr] [smɔːl] [viːl] [tʌŋz]

4	small	veal	tongues
4	小的	小牛肉	舌头

4条小牛舌

[ˌtuː'tuː] [beɪ] [liːvz]

2	bay	leaves
2	湾	树叶

2片月桂叶

[wʌn] ['ʌnjən]
1 **onion**
1 洋葱

1个洋葱

[θriː] [kləʊvz]
3 **cloves**
3 丁香

3瓣丁香

[bɔɪl] [tʌŋ] [ʌn'tɪl] ['tendə(r)] .
Boil **tongue** **until** **tender** **.**
熬 舌头 直到 投标 .

将牛舌煮至软烂。

[teɪk] [aʊt] [ɒv; əv] [dʒuːs] [ænd; ənd] [rɪ'muːv] ['aʊtə(r)] [skɪn] .
Take **out** **of** **juice** **and** **remove** **outer** **skin** **.**
拿 出去 的 汁 和 消除 外 皮肤 .

从果汁中取出，去除外皮。

[pʊt] [bæk] [ɪn] [dʒuːs] , [ˌeɪ diː 'diː] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] , [beɪ] [liːvz] , ['ʌnjənz] [ænd; ənd] [kləʊvz] .
Put **back** **in** **juice** **,** **add** **salt** **and** **pepper** **,** **bay** **leaves** **,** **onions** **and** **cloves** **.**
放 后退 在 汁 , 添加 盐 和 胡椒 , 湾 树叶 , 洋葱 和 丁香 .

把果汁倒回去，加入盐、胡椒粉、月桂叶、洋葱和丁香。

[kʊk] ½ ['aʊə(r)] .
Cook **½** **hour** **.**
厨师 ½ 小时 .

煮半小时。

[ˌtʃaɪ'niːz] ['tʃɪkɪn]
CHINESE **CHICKEN**
中国人 鸡

中式鸡肉

[wʌn] [smɔːl] ['tʃɪkɪn] , [kʌt] ['ɪntuː] ['sɜːvɪŋ] ['piːsɪz]
1 **small** **chicken** **,** **cut** **into** **serving** **pieces**
1 小的 鸡 , 切 进入 服务 件

1只小鸡，切成块

[sɔːs]
Sauce
酱

酱

[wʌn] [tiː] [tʃɒpt] [daʊ] [su]
1 **T** **chopped** **Dow** **Soo**
1 T 切碎 道琼斯 苏

汤匙切碎的道苏

1½ [tiː] [tʃɒpt] ['gɑːlɪk]
1½ **t** **chopped** **garlic**
1½ t 切碎 蒜

1.5茶匙蒜末

1½ [tiː] [sɔːlt]
1½ **t** **salt**
1½ t 盐

1.5 茶匙盐

[ˌtuː'tuː] [tiː] [sɔɪ] [sɔːs]
2 **T** **soy** **sauce**
2 T 大豆 酱

2汤匙酱油

½ [siː]['wɔːtə(r)]

½	C	water
½	C	水

½ 杯水

[braʊn] ['tʃɪkɪn] [ɪn][hɒt][pæn] ['kwɪkli] .

Brown	chicken	in	hot	pan	quickly	.
棕色的	鸡	在	热的	平底锅	迅速地	.

热锅快速煎鸡肉至棕色。

[let] ['tʃɪkɪn] ['sɪmə(r)] [ɪn][pæn] [wɪð] [sɔːs] [fɔː(r); fə(r)] ¾ ['aʊə(r)][ɔː(r)][ʌn'tɪl]['tendə(r)] .

Let	chicken	simmer	in	pan	with	sauce	for	¾	hour	or	until	tender	.
让	鸡	煨	在	平底锅	和	酱	为了	¾	小时	或者	直到	投标	.

将鸡肉放入锅中，加入酱汁，小火慢炖 45 分钟或直至鸡肉变软。

['səʊteɪ] [griːn] ['pepəz] [ænd; ənd][tə'mɑːtəʊz][ɪn][ə'nʌðə(r)] [ʌn'tɪl]['tendə(r)] .

Saute	green	peppers	and	tomatoes	in	another	until	tender	.
炒	绿色的	辣椒	和	西红柿	在	其他	直到	投标	.

另取一锅，将青椒和西红柿炒至软嫩。

['siːz(ə)n][tuː; tə] [teɪst] .

Season	to	taste	.
季节	到	品尝	.

根据个人口味调味。

[ˌeɪ diː 'diː] [kʊkt] ['tʃɪkɪn] .

Add	cooked	chicken	.
添加	煮熟	鸡	.

加入煮熟的鸡肉。

['θɪkən] ['greɪvi] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .

Thicken	gravy	if	desired	.
加厚	肉汁	如果	想要的	.

如果需要，可将肉汁勾芡。

[nəʊt] : [biːf] [ɔː(r)] [pɔːk] [meɪ] [biː; bi] ['sʌbstɪtjuːtɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['tʃɪkɪn] .

Note	:	beef	or	pork	may	be	substituted	for	chicken	.
笔记	:	牛肉	或者	猪肉	可能	是	替代	为了	鸡	.

注：鸡肉可替换为牛肉或猪肉。

[daʊ] [su] , [ə; eɪ] [ˌtʃaɪ'niːz] [spaɪs] [meɪ] [biː; bi] ['pɜːrtʃəst] [ɪn] [ˌtʃaɪ'niːz] [ɪm'pɔːtɪŋ] [ʃɒps] [ɔː(r)][ɪn]

Dow	Soo	,	a	Chinese	spice	may	be	purchased	in	Chinese	importing	shops	or	in
道琼斯	苏	,	一个	中国人	香料	可能	是	购买	在	中国人	输入	商店	或者	在

[sʌm; səm] ['restrɒnts] .

some	restaurants	.
一些	餐厅	.

陶氏是一种中国香料，可以在中国进口商店或一些餐馆买到。

[pɒt] [rəʊst] [ɪn] ['preʃə(r)] ['kʊkə(r)]

POT	ROAST	IN	PRESSURE	COOKER
锅	烤	在	压力	炊具

高压锅炖牛肉

[tʃʌk] [rəʊst] , [raʊnd] [bəʊn][ɔː(r)] [bleɪd]

Chuck	roast	,	round	bone	or	blade
查克	烤	,	圆形的	骨	或者	刀刃

牛肩肉、圆骨或肩胛肉

[wʌn]['ʌnjən] [slaɪst]

1	onion	sliced
1	洋葱	切片

个洋葱切片

[ˌtuːˈtuː][tiː]['wɔːtə(r)]

2	T	water
2	T	水

汤匙水

[sɔːlt]

salt
盐

盐

['pepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

[wʌn] [beɪ] [liːf] ([ɒp])

1	bay	leaf	(	op	)
1	湾	叶子	(	操作	)

1片月桂叶（op）

[fæt]

fat
胖的

胖的

[pəˈteɪtəʊz]

potatoes
土豆

土豆

['kærəts]

carrots
胡萝卜

胡萝卜

[braʊn] [miːt] [wel] [ɒn] [ɔːl] [saɪdz] [ɪn] [fæt] .

Brown	meat	well	on	all	sides	in	fat	.
棕色的	肉	出色地	在	全部	侧面	在	胖的	.

用油将肉的各个面都煎至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [kʊk] - ['mɪnɪts] [pə(r)] [paʊnd] [æt; ət] - [paʊndz] ['preʃə(r)] .

Add	other	ingredients	and	cook	20	minutes	per	pound	at	15	pounds	pressure	.
添加	其他	原料	和	厨师	-	分钟	每	磅	在	-	磅	压力	.

加入其他配料，每磅食材以 15 磅压力烹煮 20 分钟。

[let] [stænd][æt; ət] [liːst] [eit] ['aʊəz] [bɪ'fɔː(r)] ['juːzɪŋ] .

Let	stand	at	least	8	hours	before	using	.
让	站立	在	至少	8	小时	前	使用	.

使用前至少静置 8 小时。

['θɪkən] ['greɪvi] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .

Thicken	gravy	if	desired	.
加厚	肉汁	如果	想要的	.

如果需要，可将肉汁勾芡。

['lɪvə(r)][ænd; ənd] [raɪs]

LIVER	AND	RICE
肝	和	米

肝饭

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

[biːf] , [kɑːf][ɔː(r)] [læm] ['lɪvə(r)]

beef	,	calf	or	lamb	liver
牛肉	,	小牛	或者	羊肉	肝

牛肝、小牛肝或羊肝

[wʌn] ['miːdiəm] [saɪzd] ['ʌnjən]

1	medium	sized	onion
1	中等的	尺寸	洋葱

1个中等大小的洋葱

[ˌtuː'tuː][tiː] ['seɪvəri] [fæt] (['beɪkən][ɔː(r)] ['tʃɪkɪn])

2	T	savory	fat	(	bacon	or	chicken	)
2	T	美味的	胖的	(	熏肉	或者	鸡	)

汤匙鲜美的油脂（培根或鸡肉）

[ˌtuː'tuː][tiː] [sɔɪ] [sɔːs]

2	t	soy	sauce
2	t	大豆	酱

2茶匙酱油

[sɔːlt] & ['pepə(r)] [tuː; tə] [teɪst]

salt	&	pepper	to	taste
盐	&	胡椒	到	品尝

盐和胡椒粉适量

1½ [tiː] ['kɔːnstɑːtʃ]

1½	T	cornstarch
1½	T	玉米淀粉

1.5 汤匙玉米淀粉

[wʌn][siː]['buːjɒn; 'buːjõ]

1	C	bouillon
1	C	肉汤

C 肉汤

[kʌt] ['lɪvə(r)]['ɪntuː] [smɔːl] ['piːsɪz] .

Cut	liver	into	small	pieces	.
切	肝	进入	小的	件	.

将肝脏切成小块。

[braʊn] [ðə; ði]['lɪvə(r)][ænd; ənd] [slaɪst] ['ʌnjən] ['kwɪkli] [ɪn][hɒt][fæt] .

Brown	the	liver	and	sliced	onion	quickly	in	hot	fat	.
棕色的	这	肝	和	切片	洋葱	迅速地	在	热的	胖的	.

用热油快速煎一下鸡肝和洋葱片。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['kɔːnstɑːtʃ] [tuː; tə][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ɒv; əv][ðə; ði]['buːjɒn; 'buːjõ][ænd; ənd][mɪks][tuː; tə][ə; eɪ]

Add	the	cornstarch	to	a	little	of	the	bouillon	and	mix	to	a
添加	这	玉米淀粉	到	一个	小的	的	这	肉汤	和	混合	到	一个

[smuːð] [peɪst] .

smooth	paste	.
光滑的	粘贴	.

将玉米淀粉加入少量肉汤中，搅拌成光滑的糊状。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði] [rest] [ɒv; əv][ðə; ði]['buːjɒn; 'buːjõ][ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] [θɪk] [ænd; ənd][klɪə(r)] .

Add	to	the	rest	of	the	bouillon	and	cook	until	thick	and	clear	.
添加	到	这	休息	的	这	肉汤	和	厨师	直到	厚的	和	清除	.

加入剩余的肉汤中，煮至浓稠透明。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [sɔɪ] [sɔːs] [ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] , [ðen] [ðə; ði] [braʊn] ['lɪvə(r)][ænd; ənd] ['ʌnjən] .

Add	the	soy	sauce	and	seasoning	,	then	the	browned	liver	and	onion	.
添加	这	大豆	酱	和	调料	,	然后	这	棕色	肝	和	洋葱	.

加入酱油和调味料，然后加入炒香的鸡肝和洋葱。

[sɜːv] ['əʊvə(r)][draɪ][raɪs] .

Serve	over	dry	rice	.
服务	超过	干燥	米	.

浇在干米饭上即可。

[kriːm] ['piːz] & ['tjuːnə] [fɪʃ]

CREAM	PEAS	&	TUNA	FISH
奶油	豌豆	&	金枪鱼	鱼

奶油豌豆和金枪鱼

[θriː][tiː]['bʌtə(r)]

3	T	butter
3	T	黄油

3汤匙黄油

[ˌtuː'tuː][tiː]['flaʊə(r)]

2	T	flour
2	T	面粉

2汤匙面粉

[ˌtuː'tuː][siː] [wɔːm] [mɪlk]

2	C	warm	milk
2	C	温暖的	牛奶

杯温牛奶

[wʌn][kæn; kən]['tjuːnə] [fɪʃ]

1	can	tuna	fish
1	能	金枪鱼	鱼

1罐金枪鱼

[wʌn][siː] ['piːz]

1	C	peas
1	C	豌豆

杯豌豆

[təʊst]

toast
吐司

吐司

[meɪk] [kriːm] [sɔːs] [ænd; ənd] [kʊk] [ʌn'tɪl] ['θɪkənd] .

Make	cream	sauce	and	cook	until	thickened	.
制作	奶油	酱	和	厨师	直到	增稠	.

制作奶油酱汁并煮至浓稠。

[ˌeɪ diː 'diː]['tjuːnə][ænd; ənd] ['piːz] .

Add	tuna	and	peas	.
添加	金枪鱼	和	豌豆	.

加入金枪鱼和豌豆。

[sɜːv] [ɒn] [təʊst] .

Serve	on	toast	.
服务	在	吐司	.

涂抹在吐司上即可。

[viːl] [pə'priːkə; 'pæprɪkə]

VEAL	PAPRIKA
小牛肉	辣椒

小牛肉辣椒粉

[ˌtuː'tuː]['ɛl'biː'ɛs] .

2	lbs	.
2	磅	.

2磅

['bəʊnləs] [viːl] [steɪk] — ['paʊndɪd] ['peɪpə(r)] [θɪn]
boneless veal steak — pounded paper thin
无骨 小牛肉 牛排 — 猛击 纸 薄的

无骨小牛肉排——捶打至纸片状

[wʌn]['el biː] .
1 lb .
1 磅 .

1磅

['mʌʃrʊmz]
mushrooms
蘑菇

蘑菇

[wʌn] ['miːdiəm] ['ʌnjən]
1 medium onion
1 中等的 洋葱

1个中等大小的洋葱

[ˌtuː'tuː][tiː]['sæləd][ɔɪl]
2 T salad oil
2 T 沙拉 油

2汤匙沙拉油

[braʊn] ['ʌnjənz] & ['mʌʃrʊmz] [ɪn][ɔɪl][ænd; ənd] [rɪ'muːv] [frɒm; frəm] ['skɪlɪt] .
Brown onions & mushrooms in oil and remove from skillet .
棕色的 洋葱 & 蘑菇 在 油 和 消除 从 煎锅 .

用油将洋葱和蘑菇炒至棕色，然后从锅中取出。

[braʊn] [viːl] — ([kʌt] [ʌp][ɪn] ['sɜːvɪŋ] [saɪz] ['piːsɪz]) .
Brown veal — (cut up in serving size pieces) .
棕色的 小牛肉 — (切 向上 在 服务 尺寸 件) .

棕色小牛肉——（切成适合食用的块状）。

[rɪ'tɜːn] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] ['mʌʃrʊmz] [tuː; tə] ['skɪlɪt] .
Return onions and mushrooms to skillet .
返回 洋葱 和 蘑菇 到 煎锅 .

将洋葱和蘑菇放回煎锅。

[ˌeɪ diː 'diː]['saʊə(r)] [kriːm] & ['siːzniŋz] .
Add sour cream & seasonings .
添加 酸的 奶油 & 调味料 .

加入酸奶油和调味料。

['sɪmə(r)] - ['mɪnɪts] .
Simmer 20 minutes .
煨 - 分钟 .

小火慢炖20分钟。

[ɪf] ['saʊə(r)] [kriːm] [tuː] [θɪk] , [θɪn] [wɪð] [mɪlk] .
If sour cream too thick , thin with milk .
如果 酸的 奶油 也 厚的 , 薄的 和 牛奶 .

如果酸奶油太稠，可以用牛奶稀释。

[meɪk] [swiːt] [kriːm] ['saʊə(r)] [wɪð] [fjuː] [drɒps]['vɪnɪgə(r)] .
Make sweet cream sour with few drops vinegar .
制作 甜的 奶油 酸的 和 很少 滴 醋 .

用几滴醋就能把甜奶油变酸。

[ɪf] [kænd] ['mʌʃrʊmz] [juːst] , [juːz][dʒuːs][ɪn]['greɪvi] .
If canned mushrooms used , use juice in gravy .
如果 罐装 蘑菇 用过的 , 使用 汁 在 肉汁 .

如果使用罐装蘑菇，请将罐头汁加入肉汁中。

[spə'geti]	[wɪð]	[miːt]	[sɔːs]	[ɪn]	['preʃə(r)]	['kʊkə(r)]
SPAGHETTI	**WITH**	**MEAT**	**SAUCE**	**IN**	**PRESSURE**	**COOKER**
意大利细面条	和	肉	酱	在	压力	炊具

高压锅肉酱意大利面

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

['hæmbɜːgə(r)]

hamburger

汉堡包

汉堡包

[wʌn] ['ʌnjən] [tʃɒpt]

1	onion	chopped
1	洋葱	切碎

1个洋葱切碎

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [peɪst]

1	can	tomato	paste
1	能	番茄	粘贴

1罐番茄酱

[ˌtuː'tuː][kænz][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]

2	cans	tomato	sauce
2	罐头	番茄	酱

2罐番茄酱

[wʌn] [griːn] ['pepə(r)] [tʃɒpt]

1	green	pepper	chopped
1	绿色的	胡椒	切碎

1个青椒切碎

1½	[tiː]	['wʊstəʃə(r)]	[sɔːs]
1½	**T**	**Worcestershire**	**sauce**
1½	T	伍斯特郡	酱

1.5 汤匙伍斯特沙司

[sɔːlt]

salt

盐

盐

['pepə(r)]

pepper

胡椒

胡椒

[ˌtuː'tuː] [beɪ] [liːvz]

2	bay	leaves
2	湾	树叶

2片月桂叶

[mæʃ]	[ðə; ði]	[miːt]	[wɪð]	[ə; eɪ]	[fɔːk]	.
Mash	**the**	**meat**	**with**	**a**	**fork**	**.**
捣碎	这	肉	和	一个	叉	.

用叉子将肉捣碎。

[ˌeɪ diː ˈdiː][ˈʌnjən] , [griːn] [ˈpepə(r)] , [peɪst] , [sɔːs] , [sˈpaɪsɪz][ænd; ənd] [kʊk] [æt; ət] - [paʊndz] [ˈpreʃə(r)]
Add **onion** **,** **green** **pepper** **,** **paste** **,** **sauce** **,** **spices** **and** **cook** **at** **15** **pounds** **pressure**
添加 洋葱 , 绿色的 胡椒 , 粘贴 , 酱 , 香料 和 厨师 在 - 磅 压力
[fɔː(r); fə(r)] - [ˈmɪnɪts] .
for **10** **minutes** **.**
为了 - 分钟 .

加入洋葱、青椒、酱料、调味料、香料，以 15 磅压力烹煮 10 分钟。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [best] [tuː; tə][ˌeɪ diː ˈdiː][sɔːlt][ænd; ənd] [ˈpepə(r)] [ˈɑːftə(r)] [ˈkʊkɪŋ] [tuː; tə] [teɪst] .
It **is** **best** **to** **add** **salt** **and** **pepper** **after** **cooking** **to** **taste** **.**
它 是 最好的 到 添加 盐 和 胡椒 后 烹饪 到 品尝 .

最好在烹饪完成后根据口味添加盐和胡椒粉。

[rɪˈmuːv] [beɪ] [liːvz] .
Remove **bay** **leaves** **.**
消除 湾 树叶 .

取出月桂叶。

[sɜːv] [miːt] [sɔːs] [ˈəʊvə(r)] [kʊkt] [spəˈgeti] .
Serve **meat** **sauce** **over** **cooked** **spaghetti** **.**
服务 肉 酱 超过 煮熟 意大利细面条 .

将肉酱浇在煮熟的意大利面上。

[ðɪs] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [ˈɜːlɪə(r)] [ænd; ənd] [riːˈhiːt] [wen] [ˈredi] [tuː; tə][juːz][bʌt; bət] [lɒŋ] [ˈsɪmərɪŋ]
This **may** **be** **made** **earlier** **and** **reheated** **when** **ready** **to** **use** **but** **long** **simmering**
这 可能 是 制成 早些时候 和 重新加热 什么时候 准备好 到 使用 但 长的 煨煮
[ɪz] [nɒt] [ˈnesəsəri] .
is **not** **necessary** **.**
是 不是 必要的 .

这道菜可以提前做好，需要使用时再重新加热，但不需要长时间炖煮。

[beɪkt] [ˈsnæpə(r)] [ˈkjuːbə]
BAKED **SNAPPER** **CUBA**
烘焙 鲷鱼 古巴

古巴烤鲷鱼

[frentʃ] [ˈdresɪŋ] ([ˌmærɪˈneɪd])
french **dressing** **(** **marinade** **)**
法语 敷料 (腌料)

法式沙拉酱（腌料）

⅓ [siː] [laɪm] [dʒuːs]
⅓ **C** **lime** **juice**
⅓ C 酸橙 汁

⅓ 杯青柠汁

⅔ [siː] [ˈɒlɪv] [ɔɪl]
⅔ **C** **olive** **oil**
⅔ C 橄榄 油

⅔ 杯橄榄油

[wʌn][tiː] [sɔɪ] [sɔːs]
1 **T** **soy** **sauce**
1 T 大豆 酱

1汤匙酱油

[dæʃ] [ˈgɑːlɪk][sɔːlt]
dash **garlic** **salt**
短跑 蒜 盐

少许蒜盐

[dæʃ] [freʃ] [graʊnd] [blæk] ['pepə(r)]
dash **fresh** **ground** **black** **pepper**
短跑 新鲜的 地面 黑色的 胡椒

少许现磨黑胡椒

['mærɪneɪt] [ə; eɪ][bɪg]['snæpə(r)][ɔː(r)] ['eni] ['beɪkɪŋ] [fɪʃ] [ɪn][wʌn][kʌp][ɒv; əv][ðə; ði] [frentʃ] ['dresɪŋ]
Marinate **a** **big** **snapper** **or** **any** **baking** **fish** **in** **1** **cup** **of** **the** **french** **dressing**
腌制 一个 大的 鲷鱼 或者 任何 烘烤 鱼 在 1 杯子 的 这 法语 敷料
[fɔː(r); fə(r)][fɔːr] - [sɪks] ['aʊəz] .
for **4** **-** **6** **hours** **.**
为了 4 - 6 小时 .

将一条大鲷鱼或任何适合烘烤的鱼用 1 杯法式沙拉酱腌制 4-6 小时。

[ɪf] [fɪʃ] [ɪz][splɪt][fɔː(r); fə(r)] ['stʌfɪŋ] , ['mærɪneɪt][ðə; ði][ˌɪn'saɪd][ɒv; əv][ðə; ði] [fɪʃ] [tuː] .
If **fish** **is** **split** **for** **stuffing** **,** **marinate** **the** **inside** **of** **the** **fish** **too** **.**
如果 鱼 是 分裂 为了 馅 , 腌制 这 里面 的 这 鱼 也 .

如果鱼要剖开填馅，也要把鱼的内部腌制一下。

[stʌf] [wɪð] [bred] ['stʌfɪŋ] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .
Stuff **with** **bread** **stuffing** **if** **desired** **.**
东西 和 面包 馅 如果 想要的 .

如果需要，可以塞入面包馅料。

[beɪk] [æt; ət] 450° [fɔː(r); fə(r)][faɪv] - [sɪks] ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] [wel] [sɪrd] ,
Bake **at** **450°** **for** **5** **-** **6** **minutes** **or** **until** **well** **seared** **,**
烤 在 450° 为了 5 - 6 分钟 或者 直到 出色地 烤 ,

以450°F（约230°C）烘烤5-6分钟，或直至表面焦黄。

[brʌʃ] ['plenti] [ɒv; əv][ðə; ði][ˌmærɪ'neɪd]['əʊvə(r)][ðə; ði] [fɪʃ] .
brush **plenty** **of** **the** **marinade** **over** **the** **fish** **.**
刷子 很多 的 这 腌料 超过 这 鱼 .

在鱼身上均匀涂抹腌料。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl]['tendə(r)] , ['beɪstɪŋ] [wɪð] [ðə; ði][ˌmærɪ'neɪd] ['friːkwəntli] .
Cover **and** **bake** **until** **tender** **,** **basting** **with** **the** **marinade** **frequently** **.**
覆盖 和 烤 直到 投标 , 涂抹 和 这 腌料 频繁地 .

盖上盖子烘烤至软嫩，期间要经常刷上腌料。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['bæzl][ɔː(r)] [taɪm] [ɔː(r)] [krʌʃt] [beɪ] [liːvz] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] [tuː; tə][ðə; ði] [fɪʃ] [bɪ'fɔː(r)]
A **little** **basil** **or** **thyme** **or** **crushed** **bay** **leaves** **may** **be** **added** **to** **the** **fish** **before**
一个 小的 罗勒 或者 百里香 或者 碎 湾 树叶 可能 是 额外 到 这 鱼 前
['beɪkɪŋ] .
baking **.**
烘烤 .

烘烤前可以在鱼肉中加入少许罗勒、百里香或碎月桂叶。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ]['resəpi][frɒm; frəm][hə'vænə] , ['kjuːbə] .
This **is** **a** **recipe** **from** **Havana** **,** **Cuba** **.**
这 是 一个 食谱 从 哈瓦那 , 古巴 .

这是来自古巴哈瓦那的食谱。

[lə'zænjə]
LASAGNE
千层面

千层面

[ˌtuː'tuː][tiː] . [ɔɪl]
2 **T** **.** **oil**
2 T . 油

汤匙油

[wʌn]['el biː] .

1	lb	.
1	磅	.

1磅

['hæmbɜːgə(r)] — ['krʌmb(ə)ld]

hamburger	—	crumbled
汉堡包	—	崩溃了

汉堡肉碎

[ˌtuː'tuː] [kləʊvz] ['gɑːlɪk] — [krʌʃt]

2	cloves	garlic	—	crushed
2	丁香	蒜	—	碎

2瓣大蒜——压碎

[ˌtuː'tuː][eit][ˌəʊ 'zed] .

2	8	oz	.
2	8	盎司	.

8 盎司

[kænz][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]

cans	tomato	sauce
罐头	番茄	酱

罐装番茄酱

1½ [tiː][sɔːlt] ; ¼ [tiː]['pepə(r)]

1½	t	salt	;	¼	t	pepper
1½	t	盐	;	¼	t	胡椒

1.5茶匙盐；1/4茶匙胡椒粉

½ [tiː][ˌɒrɪ'gɑːnəʊ]

½	t	oregano
½	t	牛至

½ 茶匙牛至

½ ['el biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[lə'zænjə] ['nuːd(ə)lz]

lasagne	noodles
千层面	面条

千层面条

[ˌmɑːtsə'rɛlə] [tʃiːz] (½ ['el biː]) [slaɪst]

mazzarella	cheese	(	½	lb	)	sliced
马扎雷拉	奶酪	(	½	磅	)	切片

马苏里拉奶酪（½ 磅），切片

¾ ['el biː] .

¾	lb	.
¾	磅	.

¾磅

['kɒtɪdʒ] [tʃiːz]

cottage	cheese
小屋	奶酪

干酪

['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz] - ['greɪtɪd]

parmesan	cheese	-	grated
帕尔马干酪	奶酪	-	磨碎的

帕玛森奶酪碎

[hiːt] [ɔɪl] .
Heat **oil** **.**
热 油 .

热油。

[braʊn] ['hæmbɜːgə(r)][ænd; ənd]['gɑːlɪk] .
Brown **hamburger** **and** **garlic** **.**
棕色的 汉堡包 和 蒜 .

棕色牛肉馅和大蒜。

[ˌeɪ diː 'diː] [sɔːs] [ænd; ənd] ['siːzniŋz] .
Add **sauce** **and** **seasonings** **.**
添加 酱 和 调味料 .

加入酱汁和调味料。

['sɪmə(r)] [ʌn'tɪl] ['θɪkənd] (- - - ['mɪnɪts]) .
Simmer **until** **thickened** **(** **20** **-** **30** **minutes** **)** **.**
煨 直到 增稠 (- - - 分钟) .

小火慢炖至浓稠（20-30分钟）。

[kʊk] ['nuːd(ə)lz][ɪn]['wɔːtə(r)] [wɪð] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [ɔɪl] [ə'baʊt] - ['mɪnɪts] ([ʌn'tɪl]['tendə(r)]) .
Cook **noodles** **in** **water** **with** **a** **little** **oil** **about** **15** **minutes** **(** **until** **tender** **)** **.**
厨师 面条 在 水 和 一个 小的 油 关于 - 分钟 (直到 投标) .

将面条放入水中，加少许油煮约 15 分钟（直至变软）。

[fɪl] ['kæsərəʊl] [wɪð] [ɔːl'tɜːnət] ['leɪəz] :
Fill **casserole** **with** **alternate** **layers** **:**
充满 沙锅 和 备用 层 :

将砂锅菜分层填入：

['nuːd(ə)lz]
noodles
面条

面条

[ˌmɑːtsə'rɛlə] [tʃiːz]
mazzarella **cheese**
马扎雷拉 奶酪

马扎雷拉奶酪

['kɒtɪdʒ] [tʃiːz]
cottage **cheese**
小屋 奶酪

干酪

[miːt] [sɔːs]
meat **sauce**
肉 酱

肉酱

['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz]
parmesan **cheese**
帕尔马干酪 奶酪

帕玛森奶酪

[end] [wɪð] [miːt] [sɔːs] [ænd; ənd]['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz] .
End **with** **meat** **sauce** **and** **parmesan** **cheese** **.**
结尾 和 肉 酱 和 帕尔马干酪 奶酪 .

最后淋上肉酱，撒上帕玛森奶酪。

[beɪk] [ɪn]['ʌv(ə)n] 375° - - - ['mɪnɪts] .
Bake **in** **oven** **375°** **15** **-** **20** **minutes** **.**
烤 在 烤箱 375° - - - 分钟 .

在375°的烤箱中烘烤15-20分钟。

[skwɔː] [kɔːn]
SQUAW **CORN**
印第安女人 玉米

印第安玉米

[wʌn][kæn; kən] [kɔːn]
1 **can** **corn**
1 能 玉米

1罐玉米

[wʌn]['el biː] .
1 **lb** **.**
1 磅 .

1磅

['hæmbɜːgə(r)]
hamburger
汉堡包

汉堡包

½ [griːn] ['pepə(r)]
½ **green** **pepper**
½ 绿色的 胡椒

半个青椒

½ ['ʌnjən]
½ **onion**
½ 洋葱

半个洋葱

[sɔːlt] & ['pepə(r)]
salt **&** **pepper**
盐 & 胡椒

盐和胡椒

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊz]
1 **can** **tomatoes**
1 能 西红柿

1罐番茄

[fraɪ]['hæmbɜːgə(r)] ['krʌmblɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [waɪl] [ˌaɪ 'tiː] [kʊks] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] [daɪst] [griːn]
Fry **hamburger** **crumbling** **it** **while** **it** **cooks** **,** **then** **add** **onions** **and** **diced** **green**
炒 汉堡包 摇摇欲坠 它 尽管 它 厨师 , 然后 添加 洋葱 和 切丁 绿色的
['pepə(r)] .
pepper **.**
胡椒 .

将汉堡肉煎熟，边煎边用铲子将其弄碎，然后加入洋葱和切碎的青椒。

[fraɪ] .
Fry **.**
炒 .

炒。

[ˌeɪ diː 'diː] [kɔːn] [ænd; ənd][tə'mɑːtəʊz] .
Add **corn** **and** **tomatoes** **.**
添加 玉米 和 西红柿 .

加入玉米和西红柿。

['siːz(ə)n] [tuː; tə] [teɪst] .
Season **to** **taste** **.**
季节 到 品尝 .

根据个人口味调味。

[biːf] ['pɔːkjupaɪn]
BEEF **PORCUPINE**
牛肉 豪猪

牛豪猪

[wʌn]['el biː] .
1 **lb** **.**
1 磅 .

1磅

['hæmbɜːgə(r)]
hamburger
汉堡包

汉堡包

[wʌn][siː] [kʊkt] [raɪs]
1 **C** **cooked** **rice**
1 C 煮熟 米

杯熟米饭

[ˌtuː'tuː][tiː]['kætsəp; 'kætsʌp]
2 **t** **catsup**
2 t 番茄酱

茶匙番茄酱

½ ['ʌnjən] [daɪst]
½ **onion** **diced**
½ 洋葱 切丁

半个洋葱切丁

[wʌn] [eg]
1 **egg**
1 蛋

1个鸡蛋

[wʌn][kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [peɪst]
1 **can** **tomato** **paste**
1 能 番茄 粘贴

1罐番茄酱

[wʌn][kæn; kən]['wɔːtə(r)]
1 **can** **water**
1 能 水

1罐水

[fraɪ][ɪn][fæt][ʌn'tɪl] [braʊn] , [ðen] [ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊ] [peɪst] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] .
Fry **in** **fat** **until** **brown** **,** **then** **add** **tomato** **paste** **and** **water** **.**
炒 在 胖的 直到 棕色的 , 然后 添加 番茄 粘贴 和 水 .

用油脂煎至棕色，然后加入番茄酱和水。

[kʊk] [ʌn'tɪl] [dʌn] .
Cook **until** **done** **.**
厨师 直到 完毕 .

煮至熟透。

['kriːəʊl] [ˌdʒæmbə'laɪə] [wɪð] ['sɔːsɪdʒɪz]
CREOLE **JAMBALAYA** **WITH** **SAUSAGES**
克里奥尔语 什锦饭 和 香肠

克里奥尔风味香肠什锦饭

[wʌn][siː][raɪs]
1 **C** **rice**
1 C 米

杯大米

½ ['el biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[ɔː(r)][mɔː(r)] ['sɔːsɪdʒɪz]

or	more	sausages
或者	更多的	香肠

或更多香肠

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən]

1	large	onion
1	大的	洋葱

1个大洋葱

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk]

1	clove	garlic
1	丁香	蒜

1瓣大蒜

½ ['el biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[tə'mɑːtəʊz]

tomatoes

西红柿

西红柿

½ ['tʃɪli] ['pepə(r)]

½	chilli	pepper
½	辣椒	胡椒

半个辣椒

[sɔːlt]

salt

盐

盐

['pepə(r)]

pepper

胡椒

胡椒

[keɪ'en]

cayenne

辣椒

辣椒

['bʌtə(r)]

butter

黄油

黄油

[kʊk] [raɪs][ænd; ənd][let][stænd][səʊ] [ðæt] [ðə; ði]['wɔːtə(r)] [wɪl] [ɪ'væpəreɪt] [ænd; ənd][ðə; ði][raɪs] [wɪl] [biː; bi]

Cook	rice	and	let	stand	so	that	the	water	will	evaporate	and	the	rice	will	be
厨师	米	和	让	站立	所以	那	这	水	将要	蒸发	和	这	米	将要	是

[draɪ] .

dry	.
干燥	.

把米饭煮熟后静置，让水分蒸发，米饭变干。

[tʃɒp] ['ʌnjən] [ænd; ənd] ['gɑːlɪk] [ænd; ənd] [fraɪ] [tuː; tə] [ə; eɪ] [lait] ['gəʊldən] ['kʌlə(r)] [ɪn] ['bʌtə(r)] .

Chop	onion	and	garlic	and	fry	to	a	light	golden	colour	in	butter	.
劈	洋葱	和	蒜	和	炒	到	一个	光	金的	颜色	在	黄油	.

将洋葱和大蒜切碎，用黄油煎至金黄色。

['kwɔːtə(r)] [ðə; ði] [tə'mɑːtəʊz] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] ['ʌnjən] , ['krʌʃɪŋ] [ðem; ðəm] [tuː; tə]

Quarter	the	tomatoes	and	add	to	the	onion	,	crushing	them	to
四分之一	这	西红柿	和	添加	到	这	洋葱	,	压碎	他们	到

['ekstrækt; ɪk'strækt] [ðə; ði] [dʒuːs] .

extract	the	juice	.
提炼	这	汁	.

将西红柿切成四瓣，加入洋葱中，捣碎以挤出汁液。

[fraɪ] [ðə; ði] ['sɔːsɪdʒɪz] ['seprətli] [ænd; ənd] [wen] [dʌn] [kʌt] [ɪn] [ˌtuː'tuː] [ɪntʃ] [leŋθs] .

Fry	the	sausages	separately	and	when	done	cut	in	2	inch	lengths	.
炒	这	香肠	分别地	和	什么时候	完毕	切	在	2	英寸	长度	.

将香肠分别煎熟，煎好后切成 2 英寸长的段。

[pʊt] [ðə; ði] [kʊkt] [raɪs] [ɪn] [ə; eɪ] [diːp] [pæn] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [fraɪd] ['ʌnjən] , ['gɑːlɪk] [ænd; ənd] [tə'mɑːtəʊz]

Put	the	cooked	rice	in	a	deep	pan	,	add	the	fried	onion	,	garlic	and	tomatoes
放	这	煮熟	米	在	一个	深的	平底锅	,	添加	这	油煎	洋葱	,	蒜	和	西红柿

,

,

,

将煮好的米饭放入深锅中，加入炸洋葱、大蒜和西红柿，

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['bʌtə(r)] [ɪn] [wɪtʃ] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [kʊkt] .

and	the	butter	in	which	they	were	cooked	.
和	这	黄油	在	哪个	他们	是	煮熟	.

以及烹制它们所用的黄油。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['sɔːsɪdʒɪz] , [mɪks] [wel] , ['siːz(ə)n] [wɪð] [sɔːlt] , ['pepə(r)] , [dæʃ] [keɪ'en] [ænd; ənd] ['faɪnli]

Add	the	sausages	,	mix	well	,	season	with	salt	,	pepper	,	dash	cayenne	and	finely
添加	这	香肠	,	混合	出色地	,	季节	和	盐	,	胡椒	,	短跑	辣椒	和	精细地

[tʃɒpt] ['tʃɪli] ['pepə(r)] .

chopped	chilli	pepper	.
切碎	辣椒	胡椒	.

加入香肠，搅拌均匀，用盐、胡椒粉、少许辣椒粉和切碎的辣椒调味。

['kʌvə(r)] [ænd; ənd] ['sɪmə(r)] ['veri] ['dʒentli] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] ['ɒf(ə)n] .

Cover	and	simmer	very	gently	for	30	minutes	,	stirring	often	.
覆盖	和	煨	非常	轻轻地	为了	-	分钟	,	搅拌	经常	.

盖上锅盖，用小火慢炖 30 分钟，期间要经常搅拌。

[sɜːv] ['veri] [hɒt] .

Serve	very	hot	.
服务	非常	热的	.

趁热食用。

['saʊə(r)] [kriːm] [viːl] [stjuː]

SOUR	CREAM	VEAL	STEW
酸的	奶油	小牛肉	炖

酸奶油小牛肉炖菜

[θriː] ['el biː] ['bəʊnləs] [viːl]

3	lb	boneless	veal
3	磅	无骨	小牛肉

3磅去骨小牛肉

[θriː] ['miːdiəm] ['ʌnjənz]

3	medium	onions
3	中等的	洋葱

3个中等大小的洋葱

[θriː][tiː][fæt]

3	T	fat
3	T	胖的

3T脂肪

[sɔːlt] & ['pepə(r)] [tuː; tə] [teɪst]

salt	&	pepper	to	taste
盐	&	胡椒	到	品尝

盐和胡椒粉适量

[wʌn][ˌkjuː 'tiː] . [stɒk] ([biːf] ['buːjɒn; 'buːjõ] [kjuːbz] & ['wɔːtə(r)])

1	qt	.	stock	(	beef	bouillon	cubes	&	water	)
1	qt	.	库存	(	牛肉	肉汤	立方体	&	水	)

1夸脱高汤（牛肉浓汤宝和水）

[stɔːk] ['seləri]

stalk	celery
茎	芹菜

芹菜茎

[sprɪg] ['pɑːsli]

sprig	parsley
枝	香菜

欧芹枝

[pɪntʃ] [taɪm]

pinch	thyme
捏	百里香

少许百里香

[fɔːr] ['miːdiəm] [pə'teɪtəʊz]

4	medium	potatoes
4	中等的	土豆

4个中等大小的土豆

½ [ˌkjuː 'tiː] .

½	qt	.
½	qt	.

½ 夸脱

['mʌʃrʊmz]

mushrooms
蘑菇

蘑菇

[wʌn][siː]['saʊə(r)] [kriːm]

1	C	sour	cream
1	C	酸的	奶油

杯酸奶油

[fraɪ] ['ʌnjənz] .

Fry	onions	.
炒	洋葱	.

炒洋葱。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm][fæt] .

Remove	from	fat	.
消除	从	胖的	.

去除脂肪。

[fraɪ] [viːl] ['siːz(ə)nd] [tuː; tə] [teɪst] .

Fry	veal	seasoned	to	taste	.
炒	小牛肉	经验丰富的	到	品尝	.

将小牛肉煎至入味。

[rɪˈtɜːn] [ˈʌnjənz] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː ˈdiː] [stɒk] [ænd; ənd] [ˈsiːzniŋz] .

Return	onions	and	add	stock	and	seasonings	.
返回	洋葱	和	添加	库存	和	调味料	.

将洋葱放回锅中，加入高汤和调味料。

[ˈkʌvə(r)] [ænd; ənd] [ˈsɪmə(r)] [əˈbaʊt] [ˌtuːˈtuː] [ˈaʊəz] .

Cover	and	simmer	about	2	hours	.
覆盖	和	煨	关于	2	小时	.

盖上盖子，小火慢炖约2小时。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ænd; ənd] [kʊk] [ʌnˈtɪl] [ˈtendə(r)] [fɔːr] [pəˈteɪtəʊz] [ænd; ənd] [ˈmʌʃrʊmz] .

Add	and	cook	until	tender	4	potatoes	and	mushrooms	.
添加	和	厨师	直到	投标	4	土豆	和	蘑菇	.

加入4个土豆和蘑菇，煮至软烂。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈsaʊə(r)] [kriːm] [dʒʌst] [bɪˈfɔː(r)] [ˈsɜːvɪŋ] [ænd; ənd] [hiːt] [lɒŋ] [ɪˈnʌf] [fɔː(r); fə(r)] [ˈθʌrə]

Add	sour	cream	just	before	serving	and	heat	long	enough	for	thorough
添加	酸的	奶油	只是	前	服务	和	热	长的	足够的	为了	彻底

[ˈblendɪŋ] .

blending	.
混合	.

上菜前加入酸奶油，加热至完全融合。

[miːt] [ləʊf]

MEAT	LOAF
肉	面包

肉饼

1½ [ˈel biː] .

1½	lb	.
1½	磅	.

1.5磅

[graʊnd] [biːf]

ground	beef
地面	牛肉

碎牛肉

½ [ˈel biː] [graʊnd] [pɔːk]

½	lb	ground	pork
½	磅	地面	猪肉

半磅猪肉馅

½ [siː] [ˈkrækə(r)] [ɔː(r)] [draɪ] [bred] [krʌmz]

½	C	cracker	or	dry	bread	crumbs
½	C	饼干	或者	干燥	面包	面包屑

½ 杯饼干碎或干面包屑

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[ˌtuːˈtuː] [strɪps] [braʊn] [ˈbeɪkən]

2	strips	browned	bacon
2	条状物	棕色	熏肉

2条煎至棕色的培根

[wʌn] [ˈmiːdiəm] [ˈʌnjən] , [tʃɒpt]

1	medium	onion	,	chopped
1	中等的	洋葱	,	切碎

1个中等大小的洋葱，切碎

[smɔːl] [kæn; kən][tə'mɑːtəʊ] [sɔːs]

small	can	tomato	sauce
小的	能	番茄	酱

小罐装番茄酱

['səʊteɪ] ['ʌnjən] [ɪn]['beɪkən][fæt] .

Saute	onion	in	bacon	fat	.
炒	洋葱	在	熏肉	胖的	.

用培根油炒洋葱。

[tʃɒp] [krɪsp]['beɪkən] [faɪn] .

Chop	crisp	bacon	fine	.
劈	脆	熏肉	美好的	.

将脆培根切成细末。

[kəm'baɪn] ['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] .

Combine	other	ingredients	.
结合	其他	原料	.

加入其他配料。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjən] [ænd; ənd] [tʃɒpt] ['beɪkən] .

Add	onion	and	chopped	bacon	.
添加	洋葱	和	切碎	熏肉	.

加入洋葱碎和培根碎。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350°) [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)]

Bake	in	moderate	oven	(	350°	)	for	one	hour
烤	在	缓和	烤箱	(	350°	)	为了	一	小时

在中等温度（350°）下烘烤一小时

['lɪvə(r)] [ænd; ənd] ['ʌnjənz]

LIVER	AND	ONIONS
肝	和	洋葱

肝脏和洋葱

[səʊk] [wʌn]['el biː] . [ɒv; əv]['lɪvə(r)][ɪn] [ɪ'nʌf] [mɪlk] [tuː; tə]['kʌvə(r)][fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Soak	1	lb	.	of	liver	in	enough	milk	to	cover	for	one	hour	.
浸泡	1	磅	.	的	肝	在	足够的	牛奶	到	覆盖	为了	一	小时	.

将 1 磅肝脏浸泡在足够的牛奶中，浸泡 1 小时。

['səʊteɪ][wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən] [slaɪst] ['ɪntuː] [rɪŋz] .

Saute	one	large	onion	sliced	into	rings	.
炒	一	大的	洋葱	切片	进入	戒指	.

将一个大洋葱切成圈，翻炒至软。

[dɪp] ['lɪvə(r)] ['piːsɪz] [ɪn] ['sɔːltɪd] ['flaʊə(r)] ; [fraɪ][ɒn][bəuθ] [saɪdz] [ʌn'tɪl] [braʊn] ;

Dip	liver	pieces	in	salted	flour	;	fry	on	both	sides	until	brown	;
蘸	肝	件	在	咸的	面粉	;	炒	在	两个都	侧面	直到	棕色的	;

将肝块蘸上咸面粉；两面煎至棕色；

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [ænd; ənd] ['sɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

cover	tightly	and	simmer	for	20	minutes	.
覆盖	紧紧	和	煨	为了	-	分钟	.

盖紧锅盖，小火慢炖20分钟。

['kʌvə(r)] [wɪð] [braʊn] [səʊ'teɪd] ['ʌnjən] [rɪŋz] [ænd; ənd] [sɜːv] [hɒt] .

Cover	with	browned	sauteed	onion	rings	and	serve	hot	.
覆盖	和	棕色	炒	洋葱	戒指	和	服务	热的	.

盖上煎至金黄的洋葱圈，趁热食用。

['tʃɪli] [viːl]

CHILI	VEAL
辣椒	小牛肉

辣椒小牛肉

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən]
1 **large** **onion**
1 大的 洋葱

1个大洋葱

[ˌtuː'tuː] [griːn] ['pepəz]
2 **green** **peppers**
2 绿色的 辣椒

2个青椒

[θriː] [lɑːdʒ] [piːld] [tə'mɑːtəʊz][ɔː(r)][wʌn] [lɑːdʒ] [kæn; kən][tə'mɑːtəʊz]
3 **large** **peeled** **tomatoes** **or** **1** **large** **can** **tomatoes**
3 大的 去皮 西红柿 或者 1 大的 能 西红柿

3个去皮大番茄或1罐大番茄

[wʌn][tiː][sɔːlt]
1 **t** **salt**
1 t 盐

1茶匙盐

[wʌn][tiː] ['tʃɪli] ['paʊdə(r)]
1 **t** **chili** **powder**
1 t 辣椒 粉末

1茶匙辣椒粉

[ˌtuː'tuː][siː]['greɪvi][ɔː(r)][tə'mɑːtəʊ] [suːp] ([kən'denst])
2 **C** **gravy** **or** **tomato** **soup** **(** **condensed** **)**
2 C 肉汁 或者 番茄 汤 (浓缩版)

杯肉汁或番茄汤（浓缩的）

[θriː] - [fɔːr][siː] ['piːsɪz] [ɒv; əv] [kʊkt] [kəʊld] [viːl] [ɔː(r)][pɒt] [rəʊst]
3 **-** **4** **C** **pieces** **of** **cooked** **cold** **veal** **or** **pot** **roast**
3 - 4 C 件 的 煮熟 寒冷的 小牛肉 或者 锅 烤

3-4 杯煮熟的冷小牛肉块或炖牛肉

['səʊteɪ] [tʃɒpt] ['ʌnjən] & [griːn] ['pepəz] [ɪn]['beɪkən][fæt] .
Saute **chopped** **onion** **&** **green** **peppers** **in** **bacon** **fat** **.**
炒 切碎 洋葱 & 绿色的 辣椒 在 熏肉 胖的 .

用培根油炒香洋葱碎和青椒碎。

[ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊz] & ['siːzənɪŋ] .
Add **tomatoes** **&** **seasoning** **.**
添加 西红柿 & 调料 .

加入番茄和调味料。

[kʊk] - ['mɪnɪts] .
Cook **15** **minutes** **.**
厨师 - 分钟 .

煮15分钟。

[ˌeɪ diː 'diː]['greɪvi][ɔː(r)] [suːp] .
Add **gravy** **or** **soup** **.**
添加 肉汁 或者 汤 .

加入肉汁或汤。

[kʊk] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Cook **5** **minutes** **.**
厨师 5 分钟 .

煮5分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] [miːt] .
Add **meat** **.**
添加 肉 .

加入肉。

[kʊk] [ʌn'tɪl] ['θʌrəli] ['hiːtɪd] .
Cook **until** **thoroughly** **heated** **.**
厨师 直到 彻底 加热 .

煮至完全加热。

[sɜːv] [ɒn] [brɔːd] ['nuːd(ə)lz][ɔː(r)][raɪs] .
Serve **on** **broad** **noodles** **or** **rice** **.**
服务 在 广阔 面条 或者 米 .

可搭配宽面条或米饭食用。

[mæʃt] - [pə'teɪtəʊ] - ['kəʊtɪd] [miːt] [ləʊf]
MASHED **-** **POTATO** **-** **COATED** **MEAT** **LOAF**
捣碎 - 土豆 - 涂层 肉 面包

土豆泥裹肉饼

[ləʊf]
Loaf
面包

面包

[θriː] [lɑːdʒ] ['pepə(r)]
3 **large** **pepper**
3 大的 胡椒

3个大辣椒

[wʌn] [lɑːdʒ] ['ʌnjən]
1 **large** **onion**
1 大的 洋葱

1个大洋葱

[wʌn][siː]['krækə(r)] [krʌmz]
1 **C** **cracker** **crumbs**
1 C 饼干 面包屑

杯饼干碎

3½ [siː][tə'mɑːtəʊz] ([nəʊ] . 2½ [kæn; kən])
3½ **C** **tomatoes** **(** **No** **.** **2½** **can** **)**
3½ C 西红柿 (不 . 2½ 能)

3.5 杯番茄（2.5 号罐头）

[wʌn]['el biː] [graʊnd] [biːf]
1 **lb** **ground** **beef**
1 磅 地面 牛肉

1磅碎牛肉

[wʌn]['el biː] [graʊnd] [pɔːk]
1 **lb** **ground** **pork**
1 磅 地面 猪肉

1磅猪肉馅

½ [tiː][sɔːlt]
½ **t** **salt**
½ t 盐

½ 茶匙盐

⅛ [tiː][pə'priːkə; 'pæprɪkə]
⅛ **t** **paprika**
⅛ t 辣椒

⅛ 茶匙辣椒粉

[faɪv]['slaɪsɪz]['beɪkən]
5 **slices** **bacon**
5 切片 熏肉

5片培根

[dʒuːs][frɒm; frəm][tə'mɑːtəʊz]

juice	from	tomatoes
汁	从	西红柿

番茄汁

[pə'teɪtəʊ] - ['kəʊtɪŋ]

Potato	-	coating
土豆	-	涂层

马铃薯涂层

[sɪks] ['miːdiəm] [pə'teɪtəʊz]

6	medium	potatoes
6	中等的	土豆

6个中等大小的土豆

¼ [siː][ˌmɑːdʒə'riːn]

¼	C	margarine
¼	C	人造黄油

¼ 杯人造黄油

½ [siː][hɒt] [mɪlk]

½	C	hot	milk
½	C	热的	牛奶

半杯热牛奶

[sɔːlt] & ['pepə(r)]

salt	&	pepper
盐	&	胡椒

盐和胡椒

[wʌn] [eg] [jəʊk]

1	egg	yolk
1	蛋	蛋黄

1个蛋黄

[graɪnd]['pepə(r)][ænd; ənd]['ʌnjən] .

Grind	pepper	and	onion	.
研磨	胡椒	和	洋葱	.

将胡椒和洋葱磨碎。

[ˌeɪ diː 'diː] [krʌmz] .

Add	crumbs	.
添加	面包屑	.

加入面包屑。

[dreɪn] [tə'mɑːtəʊz][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː] (['seɪvɪŋ] [dʒuːs]) .

Drain	tomatoes	and	add	(	saving	juice	)	.
流走	西红柿	和	添加	(	保存	汁	)	.

将番茄沥干水分，加入（保留汁水）。

[ˌeɪ diː 'diː] [miːt] [ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] .

Add	meat	and	seasoning	.
添加	肉	和	调料	.

加入肉和调味料。

[ʃeɪp] ['ɪntuː][ləʊf][ænd; ənd] [dredʒ] .

Shape	into	loaf	and	dredge	.
形状	进入	面包	和	疏通	.

整形成面包状，然后进行筛分。

['kʌvə(r)] [wɪð] ['beɪkən] .

Cover	with	bacon	.
覆盖	和	熏肉	.

盖上培根。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)][æt; ət] 350° .

Bake	for	1	hour	at	350°	.
烤	为了	1	小时	在	350°	.

以 350° 烘烤 1 小时。

[beɪst] ['friːkwəntli] [wɪð] [tə'mɑːtəʊ][dʒuːs] .

Baste	frequently	with	tomato	juice	.
绷	频繁地	和	番茄	汁	.

经常用番茄汁涂抹。

[fɔː(r); fə(r)][pə'teɪtəʊ] ['kəʊtɪŋ] : [kʊk] [piːld] [pə'teɪtəʊz][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtə(r)] .

For	potato	coating	:	Cook	peeled	potatoes	in	boiling	salted	water	.
为了	土豆	涂层	:	厨师	去皮	土豆	在	沸腾	咸的	水	.

制作土豆裹粉：将去皮土豆放入沸腾的盐水中煮熟。

[dreɪn] [ænd; ənd] [mæʃ] [wel] .

Drain	and	mash	well	.
流走	和	捣碎	出色地	.

沥干水分并捣碎。

[ˌeɪ diː 'diː][ˌmɑːdʒə'riːn] , [mɪlk] , [sɔːlt] , ['pepə(r)] , [ænd; ənd] [eg] [jəʊk] .

Add	margarine	,	milk	,	salt	,	pepper	,	and	egg	yolk	.
添加	人造黄油	,	牛奶	,	盐	,	胡椒	,	和	蛋	蛋黄	.

加入人造黄油、牛奶、盐、胡椒粉和蛋黄。

[biːt] [ʌn'tɪl] ['flʌfi] .

Beat	until	fluffy	.
打	直到	蓬松的	.

打发至蓬松。

['kʌvə(r)][ləʊf] [kəm'pliːtli] ; [brʌʃ] [wɪð] ['meltɪd] ['bʌtə(r)] .

Cover	loaf	completely	;	brush	with	melted	butter	.
覆盖	面包	完全地	;	刷子	和	融化	黄油	.

将面包完全包裹起来；刷上融化的黄油。

[braʊn] [ɪn]['brɔɪlə(r)] .

Brown	in	broiler	.
棕色的	在	肉鸡	.

烤至棕色。

[blɪnts]

BLINTZES

薄饼

闪电战

['bætə(r)]

Batter

连击

连击

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn][siː]['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

1½ [siː][mɪlk]

1½	C	milk
1½	C	牛奶

1.5 杯牛奶

[pɪntʃ] [sɔːlt]
pinch **salt**
捏 盐

少许盐

[griːs] [fɔː(r); fə(r)][pæn]
grease **for** **pan**
润滑脂 为了 平底锅

平底锅用油脂

['fɪlɪŋ]
Filling
填充

填充

[wʌn] - - [ˌəʊ 'zed] .
1 **-** **12** **oz** **.**
1 - - 盎司 .

1-12盎司

[draɪ] ['kɒtɪdʒ] [tʃiːz]
dry **cottage** **cheese**
干燥 小屋 奶酪

干酪

[wʌn] [eg]
1 **egg**
1 蛋

1个鸡蛋

[wʌn][tiː] ['meltɪd] ['bʌtə(r)]
1 **T** **melted** **butter**
1 T 融化 黄油

汤匙融化的黄油

[wʌn][tiː]['ʃʊgə(r)]
1 **t** **sugar**
1 t 糖

1茶匙糖

[sɔːlt][tuː; tə] [teɪst]
salt **to** **taste**
盐 到 品尝

加盐调味

[pɪntʃ] ['pepə(r)]
pinch **pepper**
捏 胡椒

少许胡椒粉

[pɔː(r)]['bætə(r)]['ɪntuː] [smɔːl] ['fraɪɪŋ] [pæn] ([eit] ") , [səʊ] [ðæt] ['bætə(r)][dʒʌst] ['kʌvəz] ['bɒtəm] [ɒv; əv][pæn] .
Pour **batter** **into** **small** **frying** **pan** **(** **8** **"** **)** **,** **so** **that** **batter** **just** **covers** **bottom** **of** **pan** **.**
倒 连击 进入 小的 煎炸 平底锅 (8 ") , 所以 那 连击 只是 封面 底部 的 平底锅 .

将面糊倒入小煎锅（8英寸）中，使面糊刚好覆盖锅底。

[kʊk] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [ʌn'tɪl] [set][ænd; ənd][draɪ][bʌt; bət][nɒt] [braʊn] .
Cook **over** **low** **heat** **until** **set** **and** **dry** **but** **not** **brown** **.**
厨师 超过 低的 热 直到 放 和 干燥 但 不是 棕色的 .

小火慢煮至凝固变干但不焦黄。

[tɜːn] [ʃiːts] [ɒv; əv]['bætə(r)] [aʊt] [ɒn] ['taʊəl] [ʌn'tɪl] [fɪld] .
Turn **sheets** **of** **batter** **out** **on** **towel** **until** **filled** **.**
转动 纸张 的 连击 出去 在 毛巾 直到 已填 .

将面糊摊开在毛巾上，直到填满为止。

['pænkeɪks] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [θɪkə] [ðæn; ðən] [θriː] [ʃiːts] [ɒv; əv] ['peɪpə(r)] .

Pancakes	**should**	**not**	**be**	**thicker**	**than**	**three**	**sheets**	**of**	**paper**	**.**
煎饼	应该	不是	是	较厚	比	三	纸张	的	纸	.

煎饼的厚度不应超过三张纸。

['fɪlɪŋ] : [mæʃ] [tʃiːz] [wel] [ɔː(r)] [pʊt] [θruː] [sɪv] .

Filling	**:**	**Mash**	**cheese**	**well**	**or**	**put**	**through**	**sieve**	**.**
填充	:	捣碎	奶酪	出色地	或者	放	通过	筛	.

馅料：将奶酪捣碎或过筛。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] .

Add	**other**	**ingredients**	**.**
添加	其他	原料	.

加入其他配料。

[pʊt] [tiː] [ɒv; əv] ['fɪlɪŋ] [ɒn] [ə; eɪ] ['pænkeɪk] , [rəʊl] , [tʌk] [ɪn] [endz] [tuː; tə] [meɪk] ['envələʊp] ,

Put	**T**	**of**	**filling**	**on**	**a**	**pancake**	**,**	**roll**	**,**	**tuck**	**in**	**ends**	**to**	**make**	**envelope**	**,**
放	T	的	填充	在	一个	饼子	,	卷	,	塞进	在	结束	到	制作	信封	,

在煎饼上放一小团馅料，卷起来，把两端塞进去做成信封状。

[fraɪ] [ɪn] ['bʌtə(r)] [ɔː(r)] ['ʃɔːtnɪŋ] ([vedʒ] .) .

fry	**in**	**butter**	**or**	**shortening**	**(**	**veg**	**.**	**)**	**.**
炒	在	黄油	或者	缩短	(	蔬菜	.	)	.

用黄油或起酥油煎（素食）。

[blɪnts] [fɪld] [ɔː(r)] [ʌn'fɪld] [kiːp] [wel] [ɪn] [rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)] [ʌn'tɪl] [fraɪd] .

Blintzes	**filled**	**or**	**unfilled**	**keep**	**well**	**in**	**refrigerator**	**until**	**fried**	**.**
薄饼	已填	或者	未填写	保持	出色地	在	冰箱	直到	油煎	.

无论是有馅的还是没有馅的薄饼，在冰箱里都能保存很久，直到油炸为止。

[kæn; kən] [biː; bi] [sɜːvd] [wɪð] ['saʊə(r)] [kriːm] [ɔː(r)] ['sprɪŋk(ə)ld] [wɪð] ['ʃʊgə(r)] .

Can	**be**	**served**	**with**	**sour**	**cream**	**or**	**sprinkled**	**with**	**sugar**	**.**
能	是	服务	和	酸的	奶油	或者	撒上	和	糖	.

可以搭配酸奶油食用，也可以撒上糖。

[hɒt] [slɔː] — ['dʒɜːmən] ['kæbɪdʒ]

HOT	**SLAW**	**—**	**GERMAN**	**CABBAGE**
热的	凉拌卷心菜	—	德语	卷心菜

热凉拌卷心菜——德国卷心菜

[wʌn] [smɔːl] [hed] ['kæbɪdʒ]

1	**small**	**head**	**cabbage**
1	小的	头	卷心菜

1个小卷心菜

[fɔːr] [tiː] [daɪst] ['beɪkən] [kʊkt] [tuː; tə] [laɪt] [braʊn]

4	**T**	**diced**	**bacon**	**cooked**	**to**	**light**	**brown**
4	T	切丁	熏肉	煮熟	到	光	棕色的

汤匙切丁培根，煎至浅棕色

½ [siː] [hɒt] ['wɔːtə(r)]

½	**C**	**hot**	**water**
½	C	热的	水

半杯热水

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

友谊俱乐部食谱(Friendship Club Cook Book)
第2/3页

[ˌtuːˈtuː] - [θriː][tiː]['ʃʊgə(r)]

2	-	3	t	sugar
2	-	3	t	糖

2-3茶匙糖

[ˌtuːˈtuː][tiː]['vɪnɪgə(r)]

2	T	vinegar
2	T	醋

2汤匙醋

[sɔːlt][ænd; ənd]['pepə(r)]

salt	and	pepper
盐	和	胡椒

盐和胡椒

[stiːm] ['kæbɪdʒ] , ['beɪkən][ænd; ənd][hɒt]['wɔːtə(r)]['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [fɔː(r); fə(r)] ['twenti] ['mɪnɪts] .

Steam	cabbage	,	bacon	and	hot	water	over	low	heat	for	twenty	minutes	.
蒸汽	卷心菜	,	熏肉	和	热的	水	超过	低的	热	为了	二十	分钟	.

将卷心菜、培根和热水用小火蒸20分钟。

[ˌeɪ diː 'diː][mɔː(r)]['wɔːtə(r)] [ɪf] ['nesəsəri] .

Add	more	water	if	necessary	.
添加	更多的	水	如果	必要的	.

必要时可添加更多水。

[wen] [dʌn] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['ʃʊgə(r)] , ['vɪnɪgə(r)] , [sɔːlt] & ['pepə(r)] .

When	done	add	the	sugar	,	vinegar	,	salt	&	pepper	.
什么时候	完毕	添加	这	糖	,	醋	,	盐	&	胡椒	.

最后加入糖、醋、盐和胡椒粉。

['sɪmə(r)] [fɔː(r); fə(r)][faɪv] ['mɪnɪts] [mɔː(r)] [wɪð] ['kʌvə(r)][ɒn] .

Simmer	for	5	minutes	more	with	cover	on	.
煨	为了	5	分钟	更多的	和	覆盖	在	.

盖上盖子，再炖5分钟。

['spɪnɪtʃ] ['pænkeɪks]

SPINACH	PANCAKES
菠菜	煎饼

菠菜煎饼

[ˌtuːˈtuː][siː] [kʊkt] ['spɪnɪtʃ] , [wel] [dreɪnd]

2	C	cooked	spinach	,	well	drained
2	C	煮熟	菠菜	,	出色地	排水

杯煮熟的菠菜，沥干水分

[wʌn] [eg] , ['biːt(ə)n]

1	egg	,	beaten
1	蛋	,	被打败

1个鸡蛋，打散

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

¼ [tiː]['pepə(r)]

¼	t	pepper
¼	t	胡椒

¼茶匙胡椒粉

¼ - ½ [siː]['krækə(r)] [miːl] , ['flaʊə(r)][ɔː(r)] [bred] [krʌmz]

¼	-	½	C	cracker	meal	,	flour	or	bread	crumbs
¼	-	½	C	饼干	一顿饭	,	面粉	或者	面包	面包屑

¼-½ 杯饼干碎、面粉或面包屑

['ʃɔːtnɪŋ]

shortening
缩短

缩短

[mɪks][ɔːl][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [ɪk'sept] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['ʃɔːtnɪŋ] , ['ædɪŋ] [ðə; ði]['krækə(r)]

Mix	all	the	ingredients	together	except	for	the	shortening	,	adding	the	cracker
混合	全部	这	原料	一起	除了	为了	这	缩短	,	添加	这	饼干

[miːl] [lɑːst] .

meal	last	.
一顿饭	最后的	.

将除起酥油以外的所有材料混合在一起，最后加入饼干粉。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] ['krækə(r)] [miːl] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði]['mɪkstʃə(r)] [wɪl] [həʊld][ɪts] [ʃeɪp] .

Add	enough	cracker	meal	so	that	the	mixture	will	hold	its	shape	.
添加	足够的	饼干	一顿饭	所以	那	这	混合物	将要	抓住	它是	形状	.

加入足够的饼干碎，使混合物能够保持形状。

[drɒp] [baɪ] ['teɪblspuːn] ['ɪntuː][hɒt] ['ʃɔːtnɪŋ] [ʌn'tɪl] [braʊn] [ænd; ənd][krɪsp][ɒn][ðə; ði] ['sɜːfɪs] .

Drop	by	tablespoon	into	hot	shortening	until	brown	and	crisp	on	the	surface	.
降低	经过	汤匙	进入	热的	缩短	直到	棕色的	和	脆	在	这	表面	.

用汤匙将面糊滴入热油中，直至表面呈棕色酥脆。

[ɪ'tæliən] [skwɒʃ] [ɔː(r)] ['egplɑːnt]

ITALIAN	SQUASH	OR	EGGPLANT
意大利语	壁球	或者	茄子

意大利南瓜或茄子

[wʌn] ['miːdiəm] [eg] [plɑːnt]

1	medium	egg	plant
1	中等的	蛋	植物

1个中等大小的茄子

[wʌn] ['miːdiəm] ['sʌmə(r)] [skwɒʃ]

1	medium	summer	squash
1	中等的	夏天	壁球

1个中等大小的夏南瓜

[wʌn] [griːn] ['pepə(r)]

1	green	pepper
1	绿色的	胡椒

1个青椒

[ˌtuː'tuː] - [θriː][tə'mɑːtəʊz] , [slaɪst]

2	-	3	tomatoes	,	sliced
2	-	3	西红柿	,	切片

2-3个西红柿，切片

½ [siː]['wɔːtə(r)] ([ɪf] ['vedʒtəb(ə)lz][nɒt]['dʒuːsi])

½	C	water	(	if	vegetables	not	juicy	)
½	C	水	(	如果	蔬菜	不是	多汁的	)

½ 杯水（如果蔬菜不够多汁）

[dæʃ] [ɒv; əv][sɔːlt] , ['pepə(r)] , ['sɪnəmən]

dash	of	salt	,	pepper	,	cinnamon
短跑	的	盐	,	胡椒	,	肉桂

少许盐、胡椒粉、肉桂粉

['hændfʊl][ɒv; əv]['greɪtɪd] [swɪs] [ɔː(r)]['pɑːməzæn; ˌpɑːmə'zæn] [tʃiːz]

handful	of	grated	Swiss	or	Parmesan	cheese
少数	的	磨碎的	瑞士	或者	帕尔马干酪	奶酪

一把磨碎的瑞士奶酪或帕玛森奶酪

[ɔɪl]

oil
油

油

[kʌt] [eg] [plɑːnt] ,

Cut	egg	plant	,
切	蛋	植物	,

切好的茄子

[skwɒʃ] [ænd; ənd] ['pepə(r)] [ɪn] ['wɔːlnʌt] - [saɪzd] ['piːsɪz] ([skwɒʃ] [ænd; ənd] [eg] [plɑːnt] [meɪ] [biː; bi]

squash	and	pepper	in	walnut	-	sized	pieces	(	squash	and	egg	plant	may	be
壁球	和	胡椒	在	核桃	-	尺寸	件	(	壁球	和	蛋	植物	可能	是

['sʌbstɪtjuːtɪd] [fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] ['ʌðə(r)]) .

substituted	for	each	other	)	.
替代	为了	每个	其他	)	.

将南瓜和辣椒切成核桃大小的块（南瓜和茄子可以互相替代）。

['səʊteɪ][ɪn]['sæləd][ɔɪl] .

Saute	in	salad	oil	.
炒	在	沙拉	油	.

用沙拉油翻炒。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt] , ['ʃʊgə(r)] , ['sɪnəmən] .

Sprinkle	with	salt	,	sugar	,	cinnamon	.
撒	和	盐	,	糖	,	肉桂	.

撒上盐、糖和肉桂粉。

[ˌeɪ diː 'diː][tə'mɑːtəʊz] , [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] [ɪf] ['niːdɪd] .

Add	tomatoes	,	and	water	if	needed	.
添加	西红柿	,	和	水	如果	需要	.

加入西红柿，如果需要可以加水。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] ['əʊvə(r)] [sləʊ] [hiːt] - - - ['mɪnɪts] .

Cover	and	cook	over	slow	heat	20	-	30	minutes	.
覆盖	和	厨师	超过	慢的	热	-	-	-	分钟	.

盖上盖子，用小火煮20-30分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] [tʃiːz] , ['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [fɔː(r); fə(r)][faɪv] ['mɪnɪts] .

Add	cheese	,	cover	and	cook	for	five	minutes	.
添加	奶酪	,	覆盖	和	厨师	为了	五	分钟	.

加入奶酪，盖上盖子煮五分钟。

['tɜːnɪps] [wɪð] ['kærəweɪ] [siːdz]

TURNIPS	WITH	CARAWAY	SEEDS
萝卜	和	葛缕子	种子

芜菁配香芹籽

[wʌn] ['miːdiəm] [saɪzd] ['tɜːnɪp]

1	medium	sized	turnip
1	中等的	尺寸	芜菁

1个中等大小的萝卜

[wʌn][tiː]['ʃʊgə(r)]

1	t	sugar
1	t	糖

1茶匙糖

[sɔːlt]

salt
盐

盐

['kærəweɪ] [siːdz]

caraway	seeds
葛缕子	种子

葛缕子籽

[fæt]

fat
胖的

胖的

[wʌn][siː]['wɔːtə(r)]

1	C	water
1	C	水

杯水

[kʌt] ['tɜːnɪps] ['leŋθwaɪz] ['ɪntuː] [strɪps] .

Cut	turnips	lengthwise	into	strips	.
切	萝卜	纵向	进入	条状物	.

将萝卜纵向切成条状。

[melt] ['ʃʊgə(r)][ɪn][pæn] [ʌn'tɪl] [braʊn] .

Melt	sugar	in	pan	until	brown	.
熔化	糖	在	平底锅	直到	棕色的	.

在平底锅中将糖融化至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː]['wɔːtə(r)][æt; ət][wʌns] .

Add	water	at	once	.
添加	水	在	一次	.

立即加水。

[ˌeɪ diː 'diː] ['tɜːnɪps] .

Add	turnips	.
添加	萝卜	.

加入芜菁。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd] ['kærəweɪ] [siːdz] .

Sprinkle	with	salt	and	caraway	seeds	.
撒	和	盐	和	葛缕子	种子	.

撒上盐和香芹籽。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv][fæt][ɔː(r)]['bʌtə(r)] .

Add	a	piece	of	fat	or	butter	.
添加	一个	片	的	胖的	或者	黄油	.

加入一块脂肪或黄油。

[kʊk] [fɔː(r); fə(r)] ['twentɪ] ['mɪnɪts] [ɔː(r)][ʌn'tɪl] [dʌn] .

Cook	for	twenty	minutes	or	until	done	.
厨师	为了	二十	分钟	或者	直到	完毕	.

煮20分钟或直到煮熟。

['kærəweɪ] [pə'teɪtəʊz]

CARAWAY	POTATOES
葛缕子	土豆

香芹土豆

['miːdiəm] [saɪzd] [pə'teɪtəʊz]
medium **sized** **potatoes**
中等的 尺寸 土豆

中等大小的土豆

[sɔːlt]
salt
盐

盐

['kærəweɪ] [siːdz]
caraway **seeds**
葛缕子 种子

葛缕子籽

[ɔɪl]
oil
油

油

[skrʌb] [pə'teɪtəʊz] .
Scrub **potatoes** **.**
擦洗 土豆 .

把土豆洗净。

[kʌt] [ɪn][hɑːf] .
Cut **in** **half** **.**
切 在 一半 .

切成两半。

[brʌʃ] [kʌt] [saɪd] [wɪð] [ɔɪl] .
Brush **cut** **side** **with** **oil** **.**
刷子 切 边 和 油 .

在切口处刷上油。

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [sɔːlt][ænd; ənd]['kærəweɪ] [siːdz] .
Sprinkle **with** **salt** **and** **caraway** **seeds** **.**
撒 和 盐 和 葛缕子 种子 .

撒上盐和香芹籽。

[pʊt] [kʌt] [saɪd] [ʌp] [ɪn] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] ['tendə(r)] .
Put **cut** **side** **up** **in** **baking** **dish** **and** **bake** **tender** **.**
放 切 边 向上 在 烘烤 盘子 和 烤 投标 .

切面朝上放入烤盘，烤至软嫩。

[dʌtʃ] [pə'teɪtəʊz]
DUTCH **POTATOES**
荷兰语 土豆

荷兰土豆

[wʌn] ['ʌnjən] [tʃɒpt]
1 **onion** **chopped**
1 洋葱 切碎

1个洋葱切碎

[wʌn][tiː][fæt]
1 **T** **fat**
1 T 胖的

1汤匙脂肪

[θriː] ['miːdiəm] [pə'teɪtəʊz] [kjuːbd]
3 **medium** **potatoes** **cubed**
3 中等的 土豆 立方

3个中等大小的土豆切丁

[ˌtuːˈtuː][tiː] [tʃɒpt] [ˈpɑːsli]
2 **T** **chopped** **parsley**
2 T 切碎 香菜

汤匙切碎的欧芹

[sɔːlt] & [ˈpepə(r)]
salt **&** **pepper**
盐 & 胡椒

盐和胡椒

[braʊn] [ˈʌnjən] [ɪn] [hɒt] [fæt] .
Brown **onion** **in** **hot** **fat** **.**
棕色的 洋葱 在 热的 胖的 .

热油煎洋葱至棕色。

[ˌeɪ diː ˈdiː][pəˈteɪtəʊz] , [ˈpɑːsli] , [ænd; ənd] [ˈsiːzniŋz] .
Add **potatoes** **,** **parsley** **,** **and** **seasonings** **.**
添加 土豆 , 香菜 , 和 调味料 .

加入土豆、欧芹和调味料。

[ˈbeəli] [ˈkʌvə(r)] [wɪð] [hɒt] [ˈwɔːtə(r)] .
Barely **cover** **with** **hot** **water** **.**
仅仅 覆盖 和 热的 水 .

用热水轻轻浸没即可。

[kʊk] [ˈkʌvəd] [ʌnˈtɪl] [pəˈteɪtəʊz] [ɑː(r); ə(r)] [ˈtendə(r)] .
Cook **covered** **until** **potatoes** **are** **tender** **.**
厨师 涵盖 直到 土豆 是 投标 .

盖上盖子煮至土豆软烂。

[rɔː] [pəˈteɪtəʊ] [ˈpænkeɪks]
RAW **POTATO** **PANCAKES**
生的 土豆 煎饼

生土豆煎饼

([ˈlɑːtkə])
(**LATKES** **)**
(土豆饼)

（土豆饼）

[θriː] [lɑːdʒ] [pəˈteɪtəʊz] [ˈgreɪtɪd]
3 **large** **potatoes** **grated**
3 大的 土豆 磨碎的

3个大土豆擦丝

[ˌtuːˈtuː] [egz]
2 **eggs**
2 鸡蛋

2个鸡蛋

½ [tiː] [ˈbeɪkɪŋ] [ˌpiːˈdiːˈɑːr] .
½ **t** **baking** **pdr** **.**
½ t 烘烤 血浆置换 .

½ 茶匙烘焙粉

[wʌn][tiː][sɔːlt]
1 **t** **salt**
1 t 盐

1茶匙盐

½ [tiː] [ˈpepə(r)]
½ **t** **pepper**
½ t 胡椒

½茶匙胡椒粉

['krækə(r)] [miːl] , ['mætsəʊ] [miːl] [ɔː(r)]['flaʊə(r)]

cracker	meal	,	matzo	meal	or	flour
饼干	一顿饭	,	玛佐	一顿饭	或者	面粉

饼干粉、马佐粉或面粉

['vedʒtəb(ə)l] ['ʃɔːtnɪŋ] [ɔː(r)][ɔɪl]

vegetable	shortening	or	oil
蔬菜	缩短	或者	油

植物起酥油或油

[ˌeɪ diː 'diː][ɔːl][ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] [tuː; tə][ðə; ði]['greɪtɪd][pə'teɪtəʊz] , ['mɪksɪŋ] [wel] .

Add	all	the	ingredients	to	the	grated	potatoes	,	mixing	well	.
添加	全部	这	原料	到	这	磨碎的	土豆	,	混合	出色地	.

将所有配料加入土豆丝中，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] ['krækə(r)] [miːl] [tuː; tə] [əb'zɔːb] [ðə; ði]['lɪkwɪd][frɒm; frəm][ðə; ði][pə'teɪtəʊz][səʊ] [ðæt]

Add	enough	cracker	meal	to	absorb	the	liquid	from	the	potatoes	so	that
添加	足够的	饼干	一顿饭	到	吸收	这	液体	从	这	土豆	所以	那

[ðə; ði]['mɪkstʃə(r)][kæn; kən][biː; bi] [drɒpt] [baɪ][ðə; ði] ['spuːnfʊl] ['ɪntuː][hɒt][fæt][ɔː(r)][ɔɪl] .

the	mixture	can	be	dropped	by	the	spoonful	into	hot	fat	or	oil	.
这	混合物	能	是	掉落	经过	这	一勺	进入	热的	胖的	或者	油	.

加入足够的饼干粉，以吸收土豆中的水分，这样就可以用勺子将混合物一勺一勺地滴入热油中。

[fraɪ][ʌn'tɪl] [braʊn] [ænd; ənd][krɪsp] .

Fry	until	brown	and	crisp	.
炒	直到	棕色的	和	脆	.

煎至金黄酥脆。

[ðə; ði] ['edʒɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['pænkeɪk] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['veri] [krɪsp][ænd; ənd][ðə; ði][ˌɪn'saɪd] [sɒft] .

The	edges	of	the	pancake	should	be	very	crisp	and	the	inside	soft	.
这	边缘	的	这	饼子	应该	是	非常	脆	和	这	里面	柔软的	.

煎饼的边缘应该非常酥脆，而内部则要柔软。

[sɜːv] [wɪð] ['æpəlˌsɔːs] [ɔː(r)]['saʊə(r)] [kriːm] .

Serve	with	applesauce	or	sour	cream	.
服务	和	苹果酱	或者	酸的	奶油	.

可搭配苹果酱或酸奶油食用。

[nəʊt] : [ə; eɪ] ['miːdiəm] - [saɪzd] ['ʌnjən] [meɪ] [biː; bi]['greɪtɪd]['ɪntuː][ðə; ði][pə'teɪtəʊz][ænd; ənd][ðə; ði]

note	:	a	medium	-	sized	onion	may	be	grated	into	the	potatoes	and	the
笔记	:	一个	中等的	-	尺寸	洋葱	可能	是	磨碎的	进入	这	土豆	和	这

['pænkeɪks] [sɜːvd] [wɪð] [miːt] .

pancakes	served	with	meat	.
煎饼	服务	和	肉	.

注：可以将一个中等大小的洋葱磨碎加入土豆和煎饼中，与肉类一起食用。

['sælədz]

SALADS

沙拉

沙拉

[rɔː] ['greɪtɪd] ['jeləʊ] ['tɜːnɪps] , ['kærəts] , [ɔː(r)] [biːts] [meɪk] [ə; eɪ] ['veri] [gʊd] ['sæləd] .

Raw	grated	yellow	turnips	,	carrots	,	or	beets	make	a	very	good	salad	.
生的	磨碎的	黄色的	萝卜	,	胡萝卜	,	或者	甜菜	制作	一个	非常	好的	沙拉	.

生的磨碎的黄萝卜、胡萝卜或甜菜根可以做成非常好的沙拉。

[fɔː(r); fə(r)][ðeə(r)] ['dresɪŋ] [teɪk] [ɔɪl] , ['vɪnɪgə(r)] ([ɔː(r)]['lemən]) , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɪlk] [ɔː(r)] [kriːm] [ænd; ənd]

For	their	dressing	take	oil	,	vinegar	(	or	lemon	)	,	a	little	milk	or	cream	and
为了	他们的	敷料	拿	油	,	醋	(	或者	柠檬	)	,	一个	小的	牛奶	或者	奶油	和

[sɔːlt] .

salt	.
盐	.

调味料包括油、醋（或柠檬）、少许牛奶或奶油和盐。

[tuː; tə] ['tɜːnɪps] [ænd; ənd] [biːts] [ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ] [fjuː] [greɪnz] [ɒv; əv] ['kærəweɪ] [siːdz] .

To	turnips	and	beets	add	a	few	grains	of	caraway	seeds	.
到	萝卜	和	甜菜	添加	一个	很少	谷物	的	葛缕子	种子	.

在芜菁和甜菜中加入几粒葛缕子籽。

['eni] [kaɪnd][ɒv; əv] [rɔː] ['vedʒtəb(ə)l] , [ɔː(r)] [tʃɒpt] [fruːt] [kæn; kən][biː; bi] [pʊt] [ɪn][ə; eɪ]['suːtəb(ə)l]['fleɪvə(r)] [ɒv; əv]['dʒeləʊ] .

Any	kind	of	raw	vegetable	,	or	chopped	fruit	can	be	put	in	a	suitable	flavor	of	Jello	.
任何	种类	的	生的	蔬菜	,	或者	切碎	水果	能	是	放	在	一个	合适的	味道	的	果冻	.

任何种类的生蔬菜或切碎的水果都可以放入合适口味的果冻中。

['mɑːrʃˌmɛloʊ] ([tʃɒpt]) [ɪz] [gʊd] [mɪkst] [wɪð] [fruːt] [ɔː(r)] ['seləri] .

Marshmellow	(	chopped	)	is	good	mixed	with	fruit	or	celery	.
棉花糖	(	切碎	)	是	好的	混合	和	水果	或者	芹菜	.

棉花糖（切碎）可以和水果或芹菜混合食用。

[ˌmeɪə'neɪz]

MAYONNAISE
蛋黄酱

蛋黄酱

[wʌn] [eg] [jəʊk]

1	egg	yolk
1	蛋	蛋黄

1个蛋黄

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

⅔ [siː]['sæləd][ɔɪl]

⅔	C	salad	oil
⅔	C	沙拉	油

⅔ 杯沙拉油

[ˌtuː'tuː][tiː]['vɪnɪgə(r)]

2	T	vinegar
2	T	醋

2汤匙醋

[wʌn][tiː] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]

1	t	Worcestershire	sauce
1	t	伍斯特郡	酱

1茶匙伍斯特沙司

[pʊt] [eg] [jəʊk]['ɪntuː][ə; eɪ] [smɔːl] [tʃɪld] [bəʊl] [ɔː(r)]['sɔːsə(r)] .

Put	egg	yolk	into	a	small	chilled	bowl	or	saucer	.
放	蛋	蛋黄	进入	一个	小的	冷藏	碗	或者	碟子	.

将蛋黄放入一个冷藏过的小碗或碟子里。

[stɜː(r)][ɪn][sɔːlt] .

Stir	in	salt	.
搅拌	在	盐	.

加入盐搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː][ɔɪl] , [ə; eɪ] [fjuː] [drɒps] [æt; ət][ə; eɪ] [taɪm] , ['stɜːrɪŋ] ['vɪgərəsli] ['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [ə'dɪʃ(ə)n] .

Add	oil	,	a	few	drops	at	a	time	,	stirring	vigorously	after	each	addition	.
添加	油	,	一个	很少	滴	在	一个	时间	,	搅拌	大力	后	每个	添加	.

每次滴入几滴油，每次加入后都要用力搅拌。

['ɑːftə(r)][ə; eɪ] [fjuː] [ə'dɪʃən] [mɔː(r)][ɔɪl] [meɪ] [biː; bi] ['ædɪd] .

After	a	few	additions	more	oil	may	be	added	.
后	一个	很少	新增内容	更多的	油	可能	是	额外	.

添加几次后，可以再添加一些油。

[wen] [ðə; ði]['mɪkstʃə(r)] ['θikən] [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði]['vɪnɪgə(r)] [ɔːl'tɜːnətli] [wɪð] [ðə; ði][ɔɪl] .

When	the	mixture	thickens	add	the	vinegar	alternately	with	the	oil	.
什么时候	这	混合物	增厚	添加	这	醋	交替	和	这	油	.

当混合物变稠时，交替加入醋和油。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] [lɑːst] .

Add	the	Worcestershire	sauce	last	.
添加	这	伍斯特郡	酱	最后的	.

最后加入伍斯特沙司。

[ɪf] [ðə; ði]['mɪkstʃə(r)][ʃʊd; ʃəd] ['seprət] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'nʌðə(r)] [eg] [jəʊk][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .

If	the	mixture	should	separate	add	another	egg	yolk	a	little	at	a	time	.
如果	这	混合物	应该	分离	添加	其他	蛋	蛋黄	一个	小的	在	一个	时间	.

如果混合物出现油水分离，则一点一点地加入另一个蛋黄。

[nəʊt] : [ˌmeɪə'neɪz] [ɪz] ['iːzi] [tuː; tə] [meɪk] [ɪf] [ðə; ði][ɔɪl] & ['vɪnɪgə(r)][ɑː(r); ə(r)] [wel] [tʃɪld] .

note	:	mayonnaise	is	easy	to	make	if	the	oil	&	vinegar	are	well	chilled	.
笔记	:	蛋黄酱	是	简单的	到	制作	如果	这	油	&	醋	是	出色地	冷藏	.

注：如果油和醋充分冷藏，蛋黄酱就很容易制作。

['saʊə(r)] [kriːm] ['dresɪŋ]

SOUR	CREAM	DRESSING
酸的	奶油	敷料

酸奶油酱

[wʌn][siː] [θɪk] ['saʊə(r)] [kriːm]

1	C	thick	sour	cream
1	C	厚的	酸的	奶油

杯浓稠酸奶油

½ [siː]['vɪnɪgə(r)] ([skænt])

½	C	vinegar	(	scant	)
½	C	醋	(	稀少	)

½ 杯醋（少量）

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

½ [tiː]['pepə(r)]

½	t	pepper
½	t	胡椒

½茶匙胡椒粉

[wʌn][tiː]['ʃʊgə(r)]

1	T	sugar
1	T	糖

1汤匙糖

[wʌn][tiː] ['seləri] [siːd] ([ɒp])

1	T	celery	seed	(	op	)
1	T	芹菜	种子	(	操作	)

汤匙芹菜籽（op）

[dæʃ] [pə'priːkə; 'pæprɪkə] ([ɒp])

dash	paprika	(	op	)
短跑	辣椒	(	操作	)

辣椒粉（op）

[mɪks][ɔːl] [ɪnˈgriːdiənts] [ʌnˈtɪl] [wel] [ˈblendɪd] .

Mix	all	ingredients	until	well	blended	.
混合	全部	原料	直到	出色地	混合	.

将所有材料混合均匀。

[stɔː(r)][ɪn][dʒɑː(r)][ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)] .

Store	in	jar	in	refrigerator	.
店铺	在	罐	在	冰箱	.

装入罐中，放入冰箱保存。

[ˈseləri] [siːd] [meɪ] [biː; bi] [ˈædɪd] [fɔː(r); fə(r)][vəˈraɪəti] .

Celery	seed	may	be	added	for	variety	.
芹菜	种子	可能	是	额外	为了	种类	.

为了增加风味，可以添加芹菜籽。

[ˈveri] [gʊd] [ɒn] [ˈkæbɪdʒ] [slɔː] .

Very	good	on	cabbage	slaw	.
非常	好的	在	卷心菜	凉拌卷心菜	.

非常适合做卷心菜沙拉。

[ˈkærət] [ˈkæsərəʊl]

CARROT	CASSEROLE
胡萝卜	沙锅

胡萝卜砂锅

[wʌn][siː] ([ˈhiːpɪŋ]) [mæʃt] [ˈkærəts] [kʊkt] [ɪn] [ˈsɔːltɪd] [ˈwɔːtə(r)]

1	C	(	heaping	)	mashed	carrots	cooked	in	salted	water
1	C	(	堆积	)	捣碎	胡萝卜	煮熟	在	咸的	水

杯（满满的）胡萝卜泥，用盐水煮熟

[wʌn] - [ˌtuːˈtuː][siː][ˈkrækə(r)] [krʌmz]

1	-	2	C	cracker	crumbs
1	-	2	C	饼干	面包屑

1-2 杯饼干碎

½ - [wʌn][siː] [daɪst] [tʃiːz]

½	-	1	C	diced	cheese
½	-	1	C	切丁	奶酪

½-1 杯切丁奶酪

[wʌn] [smɔːl] [ˈʌnjən] [daɪst]

1	small	onion	diced
1	小的	洋葱	切丁

1个小洋葱切丁

¼ [siː] [daɪst] [griːn] [ˈpepə(r)]

¼	C	diced	green	pepper
¼	C	切丁	绿色的	胡椒

¼ 杯切丁青椒

[wʌn][siː] [mɪlk]

1	C	milk
1	C	牛奶

杯牛奶

[sɔːlt]

salt
盐

盐

[ˈpepə(r)]

pepper
胡椒

胡椒

['bʌtə(r)] [ɒn] [tɒp]
butter **on** **top**
黄油 在 顶部

上面抹上黄油

[mɪks] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] [griːzd] ['kæsərəʊl] [dɪʃ] .
Mix **ingredients** **and** **place** **in** **greased** **casserole** **dish** **.**
混合 原料 和 地方 在 涂油 沙锅 盘子 .

将所有食材混合，放入抹了油的砂锅中。

[kæn; kən][biː; bi] [mɪkst] ['sevrəl] [deɪz] [ə'hed] [ænd; ənd] [kʊkt] [æz; əz] ['niːdɪd] .
Can **be** **mixed** **several** **days** **ahead** **and** **cooked** **as** **needed** **.**
能 是 混合 一些 天 前方 和 煮熟 作为 需要 .

可以提前几天混合，需要时再烹煮。

[fɔː(r); fə(r)] [ɪ'kɒnəmi] [juːz]['mæksɪməm] ['krækəz] , ['mɪnɪməm] [tʃiːz] .
For **economy** **use** **maximum** **crackers** **,** **minimum** **cheese** **.**
为了 经济 使用 最大限度 饼干 , 最低限度 奶酪 .

为了节省成本，尽量多用饼干，少用奶酪。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)][wʌn][ˌeɪtʃ 'ɑː(r)] . — 325°
Bake **for** **1** **hr** **.** **—** **325°**
烤 为了 1 hr . — 325°

烘烤1小时——325°

['kærət] [rɪŋ]
CARROT **RING**
胡萝卜 戒指

胡萝卜圈

[wʌn][siː]['bʌtə(r)][ɔː(r)]['əʊlɪəʊ] ([nəʊ]['ʌðə(r)] ['ʃɔːtnɪŋ])
1 **C** **butter** **or** **Oleo** **(** **no** **other** **shortening** **)**
1 C 黄油 或者 油 (不 其他 缩短)

杯黄油或人造黄油（不要用其他起酥油）

½ [siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]
½ **C** **brown** **sugar**
½ C 棕色的 糖

半杯红糖

[ˌtuː'tuː][siː] [rɔː] ['greɪtɪd] ['kærəts]
2 **C** **raw** **grated** **carrots**
2 C 生的 磨碎的 胡萝卜

杯生胡萝卜丝

1¼ [siː][ef]
1¼ **C** **f**
1¼ C f

1¼ C f

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .
1 **t** **baking** **pdr** **.**
1 t 烘烤 血浆置换 .

1 吨烘焙粉。

½ [tiː][sɔːlt]
½ **t** **salt**
½ t 盐

½ 茶匙盐

[ˌtuː'tuː] [egz]
2 **eggs**
2 鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn][tiː]['lemən][dʒuːs]

1	T	lemon	juice
1	T	柠檬	汁

汤匙柠檬汁

[wʌn][tiː]['greɪtɪd]['lemən][raɪnd]

1	T	grated	lemon	rind
1	T	磨碎的	柠檬	果皮

1汤匙磨碎的柠檬皮

½ [tiː]['səʊdə] , [dɪ'zɒlvd] [ɪn][wʌn][tiː][hɒt]['wɔːtə(r)]

½	t	soda	,	dissolved	in	1	T	hot	water
½	t	苏打	,	溶解	在	1	T	热的	水

½ 茶匙小苏打溶于 1 汤匙热水中

[kriːm] ['bʌtə(r)][ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .

Cream	butter	and	sugar	.
奶油	黄油	和	糖	.

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪn'griːdiənts] [ɪn]['ɔːdə(r)]['gɪv(ə)n] .

Add	ingredients	in	order	given	.
添加	原料	在	命令	给定	.

请按顺序添加食材。

[pʊt][ɪn] [rɪŋ] [məʊld] [wɪtʃ] [ɪz][set][ɪn][ə; eɪ] [bəʊl] [ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)] .

Put	in	ring	mold	which	is	set	in	a	bowl	of	hot	water	.
放	在	戒指	模具	哪个	是	放	在	一个	碗	的	热的	水	.

放入置于热水碗中的环形模具中。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][ə'baʊt][wʌn]['aʊə(r)] .

Bake	in	moderate	oven	about	one	hour	.
烤	在	缓和	烤箱	关于	一	小时	.

用中等温度的烤箱烘烤约一小时。

['delɪkət] [spaɪs] ['kʊkiz]

DELICATE	SPICE	COOKIES
精美的	香料	曲奇饼

精致香料饼干

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)] , [waɪt] [ɔː(r)] [braʊn]

1	C	sugar	,	white	or	brown
1	C	糖	,	白色的	或者	棕色的

杯糖，白砂糖或红糖均可

¾ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

¾	C	shortening
¾	C	缩短

¾ C 缩短

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[ˌtuː'tuː][siː]['flaʊə(r)]

2	C	flour
2	C	面粉

杯面粉

[ˌtuː'tuː][tiː]['səʊdə]

2	t	soda
2	t	苏打

2茶匙苏打水

[wʌn][tiː][sɔːlt]
1 **t** **salt**
1 t 盐

1茶匙盐

[fɔːr][tiː] [mə'læsɪz]
4 **T** **molasses**
4 T 糖蜜

汤匙糖蜜

½ [tiː] ['sɪnəmən]
½ **t** **cinnamon**
½ t 肉桂

½茶匙肉桂

¼ [tiː]['dʒɪndʒə(r)]
¼ **t** **ginger**
¼ t 姜

¼茶匙生姜

¼ [tiː] [kləʊvz]
¼ **t** **cloves**
¼ t 丁香

¼ 茶匙丁香

[pʊt] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] [ɪn][ðə; ði]['ɔːdə(r)]['gɪv(ə)n] .
Put **ingredients** **together** **in** **the** **order** **given** **.**
放 原料 一起 在 这 命令 给定 .

请按顺序将食材混合在一起。

[mɪks] ['θʌrəli] .
Mix **thoroughly** **.**
混合 彻底 .

充分搅拌。

[pɪntʃ] [ɒf] ['piːsɪz] [ɒv; əv] [dəʊ] [ðə; ði][saɪz][ɒv; əv][ə; eɪ]['mɑːb(ə)l] .
Pinch **off** **pieces** **of** **dough** **the** **size** **of** **a** **marble** **.**
捏 离开 件 的 面团 这 尺寸 的 一个 大理石 .

揪下一小块弹珠大小的面团。

[rəʊl][ɪn]['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)] .
Roll **in** **granulated** **sugar** **.**
卷 在 颗粒状 糖 .

裹上砂糖。

[beɪk] [æt; ət] 350° , - - - ['mɪnɪts] .
Bake **at** **350°** **,** **12** **-** **15** **minutes** **.**
烤 在 350° , - - - 分钟 .

以 350° 烘烤 12-15 分钟。

[kwɪk] ['doʊnʌts]
QUICK **DOUGHNUTS**
快的 甜甜圈

速食甜甜圈

[θriː][tiː] ['ʃɔːtnɪŋ]
3 **T** **shortening**
3 T 缩短

3T缩短

⅔ [siː]['ʃʊgə(r)]
⅔ **C** **sugar**
⅔ C 糖

⅔ 杯糖

[ˌtuːˈtuː] [egz] , [wel] [ˈbiːt(ə)n]

2	eggs	,	well	beaten
2	鸡蛋	, 出色地		被打败

2个鸡蛋，充分打散

3½ [siː] [ˈsɪftɪd] [ˈflaʊə(r)]

3½	C	sifted	flour
3½	C	筛过的	面粉

3.5 杯过筛面粉

[fɔːr][tiː] [ˈbeɪkɪŋ] [ˌpiːˈdiːˈɑːr] .

4	t	baking	pdr	.
4	t	烘烤	血浆置换	.

4吨烘焙粉。

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

¼ [tiː] [ˈsɪnəmən] ([ɒp])

¼	t	cinnamon	(	op	)
¼	t	肉桂	(	操作	)

¼ 茶匙肉桂粉（op）

⅛ [tiː] [kləʊvz] ([ɒp])

⅛	t	cloves	(	op	)
⅛	t	丁香	(	操作	)

⅛ 茶匙丁香（op）

⅛ [tiː] [ˈnʌtmeg]

⅛	t	nutmeg
⅛	t	肉豆蔻

⅛茶匙肉豆蔻

⅔ [siː] [mɪlk]

⅔	C	milk
⅔	C	牛奶

⅔ 杯牛奶

[kriːm] [ˈʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd][ˈʃʊgə(r)] , [blend] [ɪn] [egz] .

Cream	shortening	and	sugar	,	blend	in	eggs	.
奶油	缩短	和	糖	,	混合	在	鸡蛋	.

将起酥油和糖搅打成奶油状，然后加入鸡蛋搅拌均匀。

[sɪft] [draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] [təˈgeðə(r)] [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː] [ɔːlˈtɜːnətli] [wɪð] [mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [dəʊ] [ðə; ði]

Sift	dry	ingredients	together	and	add	alternately	with	milk	to	make	dough	the
筛	干燥	原料	一起	和	添加	交替	和	牛奶	到	制作	面团	这

[kənˈsɪstənsi] [ɒv; əv] [ˈbɪskɪt] [dəʊ] ([əˈmaʊnt] [ɒv; əv][ˈflaʊə(r)] [meɪ] [ˈveəri])

consistency	of	biscuit	dough	(	amount	of	flour	may	vary	)
一致性	的	饼干	面团	(	数量	的	面粉	可能	各不相同	)

将干性材料一起过筛，然后与牛奶交替加入，揉成饼干面团的稠度（面粉用量可能有所不同）。

[rəʊl] [aʊt] ½ [ɪntʃ] [ɒn][ə; eɪ] [ˈflaʊəd] [bɔːd] [ænd; ənd] [kʌt] [wɪð] [ə; eɪ] [ˈdəʊnʌt] [ˈkʌtə(r)] .

Roll	out	½	inch	on	a	floured	board	and	cut	with	a	doughnut	cutter	.
卷	出去	½	英寸	在	一个	撒了面粉	木板	和	切	和	一个	油炸圈饼	刀具	.

在撒了面粉的案板上擀成 ½ 英寸厚，然后用甜甜圈模具切割。

[fraɪ][ə; eɪ] [fjuː] [æt; ət][ə; eɪ] [taɪm] [ɪn] [diːp] [hɒt] [fæt] (360° - 375°)

Fry	a	few	at	a	time	in	deep	hot	fat	(	360°	-	375°	)
炒	一个	很少	在	一个	时间	在	深的	热的	胖的	(	360°	-	375°	)

一次炸几块，放入滚烫的油炸锅（360°-375°）中炸。

['tɜːnɪŋ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] ['doʊnʌts] [raɪz][tuː; tə][ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði][fæt] .

turning	as	soon	as	the	doughnuts	rise	to	the	top	of	the	fat	.
转弯	作为	很快	作为	这	甜甜圈	上升	到	这	顶部	的	这	胖的	.

当甜甜圈浮到油脂表面时立即翻面。

[wen] [kuːl] [dʌst] [wɪð] [kənˈfɛkʃənərz] ['ʃʊgə(r)] .

When	cool	dust	with	confectioner's	sugar	.
什么时候	凉爽的	灰尘	和	糖果商	糖	.

冷却后撒上糖粉。

[bəˈnɑːnə] [keɪk]

BANANA	CAKE
香蕉	蛋糕

香蕉蛋糕

½ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

½	C	shortening
½	C	缩短

½ 杯起酥油

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)]

1	C	sugar
1	C	糖

杯糖

¾ [siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

¾	C	brown	sugar
¾	C	棕色的	糖

¾ 杯红糖

[ˌtuːˈtuː] [egz] [wel] ['biːt(ə)n]

2	eggs	well	beaten
2	鸡蛋	出色地	被打败

2个打散的鸡蛋

[wʌn][tiː] [vəˈnɪlə] ['ekstrækt; ɪkˈstrækt]

1	t	vanilla	extract
1	t	香草	提炼

1茶匙香草精

[ˌtuːˈtuː][siː]['flaʊə(r)]

2	C	flour
2	C	面粉

杯面粉

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

½ [tiː]['səʊdə]

½	t	soda
½	t	苏打

½ 茶匙苏打水

¼ [siː]['saʊə(r)] [mɪlk]

¼	C	sour	milk
¼	C	酸的	牛奶

¼ 杯酸奶

[wʌn][siː][bəˈnɑːnə] [pʌlp] [mæʃt]

1	C	banana	pulp	mashed
1	C	香蕉	纸浆	捣碎

杯香蕉果肉泥

[kriːm] ['ʃɔːtnɪŋ] & ['ʃʊgə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [egz] & [və'nɪlə] [ænd; ənd] [biːt] [wel] .

Cream	**shortening**	**&**	**sugar**	**,**	**add**	**eggs**	**&**	**vanilla**	**and**	**beat**	**well**	**.**
奶油	缩短	&	糖	,	添加	鸡蛋	&	香草	和	打	出色地	.

将起酥油和糖搅打成奶油状，加入鸡蛋和香草精，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] ['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ɔːl'tɜːnətli] [wɪð] ['saʊə(r)] [mɪlk] & [bə'nɑːnə] [pʌlp] , ['biːtɪŋ] [wel]

Add	**sifted**	**dry**	**ingredients**	**alternately**	**with**	**sour**	**milk**	**&**	**banana**	**pulp**	**,**	**beating**	**well**
添加	筛过的	干燥	原料	交替	和	酸的	牛奶	&	香蕉	纸浆	,	殴打	出色地

['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [ə'dɪʃ(ə)n] .

after	**each**	**addition**	**.**
后	每个	添加	.

将过筛后的干料与酸奶和香蕉果肉交替加入，每次加入后都要充分搅拌。

[beɪk] [ɪn] [griːzd] 6½ - 10½ [ɪntʃ] [ləʊf][pæn][ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Bake	**in**	**greased**	**6½**	**-**	**10½**	**inch**	**loaf**	**pan**	**in**	**a**	**moderate**	**oven**	**for**	**50**	**minutes**	**.**
烤	在	涂油	6½	-	10½	英寸	面包	平底锅	在	一个	缓和	烤箱	为了	-	分钟	.

在抹了油的 6½-10½ 英寸面包模具中，用中等温度的烤箱烘烤 50 分钟。

[frɒst] [wɪð] [nʌt] ['frɒstɪŋ] .

Frost	**with**	**nut**	**frosting**	**.**
霜	和	坚果	糖霜	.

淋上坚果糖霜。

['hʌni] [keɪk]

HONEY	**CAKE**
蜂蜜	蛋糕

蜂蜜蛋糕

[wʌn][siː] ['hʌni] , [ɔː(r)] [mə'læsɪz] [ɔː(r)] [kɔːn] ['sɪrəp] ([ɔː(r)] ['eni] [dɪ'zaɪəd] [ˌkɒmbɪ'neɪʃ(ə)n][ɒv; əv] [ðiːz])

1	**C**	**honey**	**,**	**or**	**molasses**	**or**	**corn**	**sirup**	**(**	**or**	**any**	**desired**	**combination**	**of**	**these**	**)**
1	C	蜂蜜	,	或者	糖蜜	或者	玉米	糖浆	(	或者	任何	想要的	组合	的	这些	)

杯蜂蜜、糖蜜或玉米糖浆（或这些糖浆的任意组合）

[θriː][tiː]['ʃʊgə(r)]

3	**T**	**sugar**
3	T	糖

3汤匙糖

[ˌtuː'tuː][siː]['flaʊə(r)]

2	**C**	**flour**
2	C	面粉

杯面粉

[fɔːr][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

4	**t**	**baking**	**pdr**	**.**
4	t	烘烤	血浆置换	.

4吨烘焙粉。

½ [siː] [mɪlk] ([ɔː(r)][mɔː(r)])

½	**C**	**milk**	**(**	**or**	**more**	**)**
½	C	牛奶	(	或者	更多的	)

½ 杯牛奶（或更多）

½ [siː] [tʃɒpt] ['wɔːlnʌts]

½	**C**	**chopped**	**walnuts**
½	C	切碎	核桃

½ 杯切碎的核桃

[piːl] [ɒv; əv][wʌn] ['ɒrɪndʒ] [kʌt] [ʌp] [faɪn]

peel	**of**	**one**	**orange**	**cut**	**up**	**fine**
果皮	的	一	橙子	切	向上	美好的

将一个橙子的皮切碎

[dæʃ] [ɒv; əv] ['sɪnəmən] , [kləʊvz] , ['ænɪs]

dash	of	cinnamon	,	cloves	,	anise
短跑	的	肉桂	,	丁香	,	八角

少许肉桂、丁香和茴香。

[hiːt] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] ['hʌni] .

Heat	sugar	and	honey	.
热	糖	和	蜂蜜	.

加热糖和蜂蜜。

[sɪft] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][s'paɪsɪz] .

Sift	dry	ingredients	and	spices	.
筛	干燥	原料	和	香料	.

将干料和香料过筛。

[ˌeɪ diː 'diː] [wɔːm] ['sɪrəp][tuː; tə][draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Add	warm	sirup	to	dry	ingredients	.
添加	温暖的	糖浆	到	干燥	原料	.

将温热的糖浆加入干料中。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ɒrɪndʒ] [piːl] [ænd; ənd] [nʌts] .

Add	orange	peel	and	nuts	.
添加	橙子	果皮	和	坚果	.

加入橙皮和坚果。

[ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] [mɪlk] [səʊ] [ðæt] ['bætə(r)][ɪz] [θɪn] [ænd; ənd][kæn; kən][biː; bi] [pɔː] ['iːzəli] .

Add	enough	milk	so	that	batter	is	thin	and	can	be	poured	easily	.
添加	足够的	牛奶	所以	那	连击	是	薄的	和	能	是	倾倒	容易地	.

加入足够的牛奶，使面糊变稀，便于倾倒。

[pɔː(r)]['ɪntuː] [griːzd] [pæn] , ['leɪə(r)][ɔː(r)][ləʊf] .

Pour	into	greased	pan	,	layer	or	loaf	.
倒	进入	涂油	平底锅	,	层	或者	面包	.

倒入抹了油的烤盘中，分层或烤成面包状。

[beɪk] [ɪn] [sləʊ] ['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Bake	in	slow	oven	for	45	minutes	.
烤	在	慢的	烤箱	为了	-	分钟	.

用低温烤箱烘烤45分钟。

[ɪn'kriːs] [hiːt] ['sʌmwɒt] [fɔː(r); fə(r)]['sekənd][hɑːf][ɒv; əv] ['beɪkɪŋ] .

Increase	heat	somewhat	for	second	half	of	baking	.
增加	热	有些	为了	第二	一半	的	烘烤	.

烘烤后半程时需略微提高温度。

[wen] [dʌn] [brʌʃ] [wɔːm] [keɪk] [wɪð] ['swiːtnd] [mɪlk][ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l] [wɪð] [nʌts] ([ɒp] .) .

When	done	brush	warm	cake	with	sweetened	milk	and	sprinkle	with	nuts	(	op	.	)	.
什么时候	完毕	刷子	温暖的	蛋糕	和	加糖	牛奶	和	撒	和	坚果	(	操作	.	)	.

做好后，趁热在蛋糕上刷上甜牛奶，撒上坚果（op.）。

[sɜːv] [nekst] [deɪ] , [slaɪs] [θɪn] .

Serve	next	day	,	slice	thin	.
服务	下一个	天	,	片	薄的	.

第二天食用，切成薄片。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] [swɪs] ['resəpi][ænd; ənd]['juːzɪz; 'juːsɪz][nəʊ] [egz] [ænd; ənd]['lɪt(ə)l]['ʃʊgə(r)] .

This	is	a	Swiss	recipe	and	uses	no	eggs	and	little	sugar	.
这	是	一个	瑞士	食谱	和	用途	不	鸡蛋	和	小的	糖	.

这是瑞士食谱，不含鸡蛋，糖也用得很少。

['gəʊldən] ['frɒstɪŋ]

GOLDEN	FROSTING
金的	糖霜

金色糖霜

[ˌtuːˈtuː][siː]['ʃʊgə(r)]

2	C	sugar
2	C	糖

杯糖

[wʌn][tiː]['vɪnɪgə(r)]

1	t	vinegar
1	t	醋

1茶匙醋

½ [siː][hɒt]['wɔːtə(r)]

½	C	hot	water
½	C	热的	水

半杯热水

[ˌtuːˈtuː][tiː]['bʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

[ˌtuːˈtuː] [eg] [jəʊk]

2	egg	yolks
2	蛋	蛋黄

2个蛋黄

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiːˈdiːˈɑːr] .

1	t	baking	pdr	.
1	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

[wʌn][tiː] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs]

1	t	orange	juice
1	t	橙子	汁

1茶匙橙汁

[wʌn][tiː]['lemən][dʒuːs]

1	t	lemon	juice
1	t	柠檬	汁

1茶匙柠檬汁

[wʌn][tiː]['greɪtɪd] ['ɒrɪndʒ] [raɪnd]

1	t	grated	orange	rind
1	t	磨碎的	橙子	果皮

1茶匙磨碎的橙皮

[kəmˈbaɪn] ['ʃʊgə(r)] , ['vɪnɪgə(r)] , ['wɔːtə(r)] .

Combine	sugar	,	vinegar	,	water	.
结合	糖	,	醋	,	水	.

将糖、醋和水混合。

[stɜː(r)] & [kʊk] [ʌnˈtɪl] ['mɪkstʃə(r)] [bɔɪlz] .

Stir	&	cook	until	mixture	boils	.
搅拌	&	厨师	直到	混合物	沸腾	.

搅拌并煮至混合物沸腾。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [wɪˈðaʊt] ['stɜːrɪŋ] [ʌnˈtɪl] ['sɪrəp] [spɪnz][ə; eɪ] [θred] - ['ɪntʃɪz] [lɒŋ] .

Cover	and	cook	without	stirring	until	syrup	spins	a	thread	10	inches	long	.
覆盖	和	厨师	没有	搅拌	直到	糖浆	旋转	一个	线	-	英寸	长的	.

盖上锅盖，不要搅拌，煮至糖浆能拉出10英寸长的丝状物。

(232°F) [ˌeɪ diː 'diː]['bʌtə(r)] .

(	232°F	)	Add	butter	.
(	232°F	)	添加	黄油	.

（232°F）加入黄油。

[biːt] [eg] [jəʊk] [ʌn'tɪl] [θɪk] .
Beat egg yolks until thick .
打 蛋 蛋黄 直到 厚的 .

将蛋黄打发至浓稠。

[pɔː(r)] ['sɪrəp] ['əʊvə(r)][ðə; ði] [eg] [jəʊk] [ɪn][ə; eɪ] [faɪn] [striːm] , ['biːtɪŋ] ['vɪgərəsli] .
Pour syrup over the egg yolks in a fine stream , beating vigorously .
倒 糖浆 超过 这 蛋 蛋黄 在 一个 美好的 溪流 , 殴打 大力 .

将糖浆细细地淋在蛋黄上，同时用力搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)] & ['fleɪvərɪŋ] .
Add baking powder & flavoring .
添加 烘烤 粉末 & 调味 .

加入泡打粉和调味料。

[biːt] [wɪð] ['biːtə(r)] [ʌn'tɪl] ['kriːmi] .
Beat with beater until creamy .
打 和 击打者 直到 奶油状 .

用打蛋器搅打至顺滑。

[stɔː(r)][ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)] [ʌn'tɪl] ['niːdɪd] .
Store in refrigerator until needed .
店铺 在 冰箱 直到 需要 .

放入冰箱冷藏保存，需要时取出使用。

[meɪ] [biː; bi] [θɪnd] [wɪð] [mɔː(r)] [fruːt] [dʒuːs] [ɪf] ['nesəsəri] .
May be thinned with more fruit juice if necessary .
可能 是 变薄 和 更多的 水果 汁 如果 必要的 .

必要时可加入更多果汁稀释。

[sɒft] ['tʃɒklət] ['frɒstɪŋ]
SOFT CHOCOLATE FROSTING
柔软的 巧克力 糖霜

软巧克力糖霜

½ [siː]['ʃʊgə(r)]
½ C sugar
½ C 糖

½ 杯糖

1½ [tiː] ['kɔːnstɑːtʃ]
1½ T cornstarch
1½ T 玉米淀粉

1.5 汤匙玉米淀粉

[wʌn][wʌn] - [aʊns] [skweə(r)] [ˌʌn'swiːtnd] ['tʃɒklət]
1 1 - ounce square unsweetened chocolate
1 1 - 盎司 正方形 无糖 巧克力

1块1盎司的方形无糖巧克力

[pɪntʃ] [sɔːlt]
pinch salt
捏 盐

少许盐

½ [siː]['wɔːtə(r)] ['bɔɪlɪŋ]
½ C water boiling
½ C 水 沸腾

½ 杯沸水

1½ [tiː]['bʌtə(r)][ɔː(r)][ˌmɑːdʒə'riːn]
1½ T butter or margarine
1½ T 黄油 或者 人造黄油

1.5 汤匙黄油或人造黄油

[wʌn][tiː] [vəˈnɪlə] [ˈfleɪvərɪŋ]
1 **t** **vanilla** **flavoring**
1 t 香草 调味

1茶匙香草香精

½ [tiː] [rʌm] [ˈekstrækt; ɪkˈstrækt] ([ɒp])
½ **t** **rum** **extract** **(op)**
½ t 朗姆酒 提炼 (操作)

½ 茶匙朗姆酒提取物（op）

[mɪks][ˈʃʊgə(r)] , [ˈkɔːnstɑːtʃ] [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix **sugar** **,** **cornstarch** **and** **salt** **.**
混合 糖 , 玉米淀粉 和 盐 .

将糖、玉米淀粉和盐混合。

[kʌt] [ˈtʃɒklət] [ˈɪntuː] [smɔːl] [ˈpiːsɪz] [ænd; ənd][ˌeɪ diː ˈdiː][tuː; tə][ˈʃʊgə(r)][ˈmɪkstʃə(r)] .
Cut **chocolate** **into** **small** **pieces** **and** **add** **to** **sugar** **mixture** **.**
切 巧克力 进入 小的 件 和 添加 到 糖 混合物 .

将巧克力切成小块，加入糖混合物中。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtə(r)] ; [kʊk] [ʌnˈtɪl] [θɪk] .
Add **boiling** **water** **;** **cook** **until** **thick** **.**
添加 沸腾 水 ; 厨师 直到 厚的 .

加入沸水；煮至浓稠。

[rɪˈmuːv] [frɒm; frəm] [hiːt] ; [ˌeɪ diː ˈdiː][ˈbʌtə(r)][ænd; ənd] [vəˈnɪlə] .
Remove **from** **heat** **;** **add** **butter** **and** **vanilla** **.**
消除 从 热 ; 添加 黄油 和 香草 .

离火；加入黄油和香草精。

[spred] [ɒn] [keɪk] [æz; əz][ə; eɪ] [ˈfrɒstɪŋ] [ɔː(r)] [ˈfɪlɪŋ] .
Spread **on** **cake** **as** **a** **frosting** **or** **filling** **.**
传播 在 蛋糕 作为 一个 糖霜 或者 填充 .

涂抹在蛋糕上，可作糖霜或馅料。

[kæn; kən][biː; bi] [juːst] [hɒt] .
Can **be** **used** **hot** **.**
能 是 用过的 热的 .

可加热使用。

[ˈreɪndʒə(r)] [ˈkʊkiz]
RANGER **COOKIES**
游侠 曲奇饼

游骑兵饼干

[wʌn][siː] [ˈʃɔːtnɪŋ]
1 **C** **shortening**
1 C 缩短

C 缩短

[wʌn][siː] [waɪt] [ˈʃʊgə(r)]
1 **C** **white** **sugar**
1 C 白色的 糖

杯白糖

[wʌn][siː] [braʊn] [ˈʃʊgə(r)]
1 **C** **brown** **sugar**
1 C 棕色的 糖

杯红糖

[ˌtuːˈtuː] [egz]
2 **eggs**
2 鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn][tiː] [vəˈnɪlə]

1	t	vanilla
1	t	香草

1茶匙香草精

[ˌtuːˈtuː][siː]['flaʊə(r)]

2	C	flour
2	C	面粉

杯面粉

[wʌn][tiː]['səʊdə]

1	t	soda
1	t	苏打

1茶匙苏打水

½ [tiː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)]

½	t	baking	powder
½	t	烘烤	粉末

½茶匙泡打粉

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

[ˌtuːˈtuː][siː] ['əʊtmiːl]

2	C	oatmeal
2	C	麦片

杯燕麦片

[ˌtuːˈtuː][siː] [raɪs] ['krɪspiz]

2	C	Rice	Krispies
2	C	米	脆米

杯米花糖

[wʌn][siː]['kəʊkənʌt]

1	C	coconut
1	C	椰子

杯椰子

[kriːm] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .

Cream	shortening	and	sugar	.
奶油	缩短	和	糖	.

奶油、起酥油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [egz] [ænd; ənd] [vəˈnɪlə] [ænd; ənd][mɪks] [ʌnˈtɪl] [smuːð] .

Add	the	eggs	and	vanilla	and	mix	until	smooth	.
添加	这	鸡蛋	和	香草	和	混合	直到	光滑的	.

加入鸡蛋和香草精，搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] ['sɪftɪd] [wɪð] ['səʊdə][ænd; ənd] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .

Add	flour	which	has	been	sifted	with	soda	and	baking	powder	and	salt	.
添加	面粉	哪个	有	到过	筛过的	和	苏打	和	烘烤	粉末	和	盐	.

加入已过筛的面粉（含小苏打、泡打粉和盐）。

[ˌeɪ diː 'diː] ['əʊtmiːl] , ['sɪəriəl][ænd; ənd]['kəʊkənʌt] .

Add	oatmeal	,	cereal	and	coconut	.
添加	麦片	,	谷物	和	椰子	.

加入燕麦片、麦片和椰子。

[məʊld] [dəʊ] [ɪn] [bɔːlz] [saɪz][ɒv; əv]['wɔːlnʌt][ænd; ənd] [pres] ['slaɪtli] [ɒn] ['kʊki] [ʃiːt] .

Mold	dough	in	balls	size	of	walnut	and	press	slightly	on	cookie	sheet	.
模具	面团	在	球	尺寸	的	核桃	和	按	轻微地	在	曲奇饼	床单	.

将面团揉成核桃大小的球状，然后轻轻按压在烤盘上。

[beɪk] [æt; ət] - [ef] . [lɑːdʒ] [jiːld] .

Bake	at	350	F	.	Large	yield	.
烤	在	-	F	.	大的	屈服	.

以350华氏度烘烤。产量高。

['tʃeri] [paɪ] ['fɪlɪŋ]

CHERRY	PIE	FILLING
樱桃	馅饼	填充

樱桃派馅料

[ˌtuː'tuː] - 2½ [tiː] ['kɔːnstɑːtʃ]

2	-	2½	T	cornstarch
2	-	2½	T	玉米淀粉

2-2½ 汤匙玉米淀粉

⅔ [siː] ['tʃeri] [dʒuːs]

⅔	C	cherry	juice
⅔	C	樱桃	汁

⅔ 杯樱桃汁

½ [siː]['ʃʊgə(r)]

½	C	sugar
½	C	糖

½ 杯糖

[ˌtuː'tuː][tiː]['bʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

[ˌtuː'tuː][tiː] ['ɒrɪndʒ] [dʒuːs]

2	T	orange	juice
2	T	橙子	汁

2汤匙橙汁

[ˌtuː'tuː][tiː]['lemən][dʒuːs]

2	t	lemon	juice
2	t	柠檬	汁

2茶匙柠檬汁

2⅔ [siː] [dreɪnd] ['saʊə(r)] ['tʃeriz]

2⅔	C	drained	sour	cherries
2⅔	C	排水	酸的	樱桃

2⅔ 杯沥干水分的酸樱桃

[mɪks][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][fruːt][dʒuːs] .

Mix	dry	ingredients	and	fruit	juices	.
混合	干燥	原料	和	水果	果汁	.

将干料和果汁混合。

[kʊk] [ʌn'tɪl][klɪə(r)][ænd; ənd] [θɪk] .

Cook	until	clear	and	thick	.
厨师	直到	清除	和	厚的	.

煮至透明浓稠。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [hiːt] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː]['bʌtə(r)][ænd; ənd] ['tʃeriz] .

Remove	from	heat	and	add	butter	and	cherries	.
消除	从	热	和	添加	黄油	和	樱桃	.

从火上移开，加入黄油和樱桃。

[fɪl] [paɪ] [ʃel] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][hɒt]['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl] ['peɪstri][ɪz] [braʊn] .

Fill	pie	shell	and	bake	in	hot	oven	until	pastry	is	browned	.
充满	馅饼	壳	和	烤	在	热的	烤箱	直到	糕点	是	棕色	.

将馅料填入派皮中，放入高温烤箱烘烤至派皮呈金黄色。

[ˌveəriˈeɪʃ(ə)n] :

Variation	:
变化	:

变化：

[əˈmɪt] [ˈɒrɪndʒ] [ænd; ənd] [ˈlemən] [dʒuːs] [ænd; ənd] [juːz] [wʌn] [tiː] [vəˈnɪlə] [ænd; ənd] ½ [tiː] [ˈɑːmənd]

omit	orange	and	lemon	juice	and	use	1	t	vanilla	and	½	t	almond
忽略	橙子	和	柠檬	汁	和	使用	1	t	香草	和	½	t	杏仁

[ˈekstrækt; ɪkˈstrækt] [fɔː(r); fə(r)] [ˈfleɪvərɪŋ] .

extract	for	flavoring	.
提炼	为了	调味	.

省略橙汁和柠檬汁，用 1 茶匙香草精和 ½ 茶匙杏仁精调味。

[ˈsʌbstɪtjuːt] [braʊn] [ˈʃʊgə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [waɪt] .

Substitute	brown	sugar	for	white	.
代替	棕色的	糖	为了	白色的	.

用红糖代替白糖。

[ˈɑːftə(r)] [ˈtʃeriz] [ɑː(r); ə(r)] [ˈædɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] [ˈθɪkənd] [sɔːs] ,

After	cherries	are	added	to	the	thickened	sauce	,
后	樱桃	是	额外	到	这	增稠	酱	,

将樱桃加入浓稠的酱汁中后，

[kʊk] [ðə; ði] [ˈtʃeriz] [fɔː(r); fə(r)] [əˈbaʊt] [faɪv] [ˈmɪnɪts] [ænd; ənd] [ðen] [kuːl] .

cook	the	cherries	for	about	5	minutes	and	then	cool	.
厨师	这	樱桃	为了	关于	5	分钟	和	然后	凉爽的	.

将樱桃煮约 5 分钟，然后放凉。

[ðə; ði] [kʊkt] [ˈtʃeriz] [meɪ] [biː; bi] [ðen] [pʊt] [ˈɪntuː] [ə; eɪ] [beɪkt] [paɪ] [ʃel] .

The	cooked	cherries	may	be	then	put	into	a	baked	pie	shell	.
这	煮熟	樱桃	可能	是	然后	放	进入	一个	烘焙	馅饼	壳	.

煮熟的樱桃可以放入烤好的派皮中。

[wɪpt] [kriːm] [kæn; kən] [biː; bi] [pʊt] [ˈəʊvə(r)] [ˈsɜːvɪŋ] [ɔː(r)] [ˈəʊvə(r)] [ðə; ði] [həʊl] [kuːld] [paɪ] [ˈfɪlɪŋ] .

Whipped	cream	can	be	put	over	serving	or	over	the	whole	cooled	pie	filling	.
鞭打	奶油	能	是	放	超过	服务	或者	超过	这	所有的	冷却	馅饼	填充	.

鲜奶油可以淋在派上，也可以淋在冷却后的整个派馅上。

[ˈdelɪkət] [frentʃ] [ˈkʊkiz]

DELICATE	FRENCH	COOKIES
精美的	法语	曲奇饼

精致的法式饼干

½ [ˈel biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[ˈbʌtə(r)]

butter
黄油

黄油

½ [ˈel biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[kriːm] [tʃiːz]

cream	cheese
奶油	奶酪

奶油奶酪

[ˌtuːˈtuː][tiː]['ʃʊgə(r)]

2	T	sugar
2	T	糖

2汤匙糖

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

[ˌtuːˈtuː][siː]['flaʊə(r)]

2	C	flour
2	C	面粉

杯面粉

[wʌn] [eg] ['biːt(ə)n] ([wɪð] [wʌn][tiː]['wɔːtə(r)])

1	egg	beaten	(	with	1	T	water	)
1	蛋	被打败	(	和	1	T	水	)

个鸡蛋打散（加 1 汤匙水）

['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)]

granulated	sugar
颗粒状	糖

砂糖

[tʃɒpt] [nʌts]

chopped	nuts
切碎	坚果

碎坚果

[mɪks]['bʌtə(r)] , [tʃiːz] , ['ʃʊgə(r)] & [sɔːlt][ʌn'tɪl][ðə; ði] [kənsɪstəns] [ɪz][laɪk] [θɪk] [kriːm] .

Mix	butter	,	cheese	,	sugar	&	salt	until	the	consistance	is	like	thick	cream	.
混合	黄油	,	奶酪	,	糖	&	盐	直到	这	一致性	是	喜欢	厚的	奶油	.

将黄油、奶酪、糖和盐混合，直至其稠度像浓奶油一样。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [meɪk] [ə; eɪ][bɔːl][ɒv; əv][ðə; ði] [dəʊ] .

Add	flour	and	make	a	ball	of	the	dough	.
添加	面粉	和	制作	一个	球	的	这	面团	.

加入面粉，揉成面团。

[duː; də][nɒt][juːz] ['eni] ['lɪkwɪdz] .

Do	not	use	any	liquids	.
做	不是	使用	任何	液体	.

请勿使用任何液体。

[ræp] [ɪn][wæks]['peɪpə(r)][ænd; ənd] ['taʊəl] [ænd; ənd][pʊt][ɪn][ðə; ði][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)]['əʊvə(r)] [naɪt] .

Wrap	in	wax	paper	and	towel	and	put	in	the	refrigerator	over	night	.
裹	在	蜡	纸	和	毛巾	和	放	在	这	冰箱	超过	夜晚	.

用蜡纸和毛巾包好，放入冰箱冷藏过夜。

([ðə; ði] [dəʊ] [kiːps] [wel] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [wiːk]) .

(	the	dough	keeps	well	for	a	week	)	.
(	这	面团	保持	出色地	为了	一个	星期	)	.

（面团可以保存一周）。

[rəʊl][aʊt] ⅓ [ɒv; əv][ðə; ði] [dəʊ] [æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .

Roll	out	⅓	of	the	dough	at	a	time	.
卷	出去	⅓	的	这	面团	在	一个	时间	.

每次擀开三分之一的面团。

[rəʊl][ðə; ði] [dəʊ] ¼ [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd][fəʊld]['əʊvə(r)][fɔːr][taɪmz] .

Roll	the	dough	¼	inch	thick	and	fold	over	4	times	.
卷	这	面团	¼	英寸	厚的	和	折叠	超过	4	时代	.

将面团擀成 ¼ 英寸厚，然后折叠 4 次。

[rəʊl] [aʊt] [ə'gen] ¼ [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd] [kʌt] [wɪð] ['kʊki] ['kʌtə(r)] .

Roll	**out**	**again**	**¼**	**inch**	**thick**	**and**	**cut**	**with**	**cookie**	**cutter**	**.**
卷	出去	再次	¼	英寸	厚的	和	切	和	曲奇饼	刀具	.

再次擀成¼英寸厚，然后用饼干模具切割。

[dɪp] [tɒp] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv] ['kʊkiz] [ɪn] ['biːt(ə)n] [eg] , ['ʃʊgə(r)] [ænd; ənd] [tʃɒpt] [nʌts] .

Dip	**top**	**surface**	**of**	**cookies**	**in**	**beaten**	**egg**	**,**	**sugar**	**and**	**chopped**	**nuts**	**.**
蘸	顶部	表面	的	曲奇饼	在	被打败	蛋	,	糖	和	切碎	坚果	.

将饼干顶部蘸上打散的鸡蛋、糖和碎坚果。

[beɪk] [ɒn] [griːzd] [ʃiːt] [ɪn] [hɒt] ['ʌv(ə)n] [ʌn'tɪl] [pʌft] [ænd; ənd] [braʊn] .

Bake	**on**	**greased**	**sheet**	**in**	**hot**	**oven**	**until**	**puffed**	**and**	**brown**	**.**
烤	在	涂油	床单	在	热的	烤箱	直到	膨胀的	和	棕色的	.

在抹了油的烤盘上，放入预热好的烤箱烘烤，直到面团膨胀并呈棕色。

[rɪ'muːv] ['keəfəli] .

Remove	**carefully**	**.**
消除	小心	.

小心取出。

[kraɪ] ['beɪbiz]

CRY	**BABIES**
哭	婴儿

爱哭鬼

½ [siː] [strɒŋ] [hɒt] ['kɒfi]

½	**C**	**strong**	**hot**	**coffee**
½	C	强的	热的	咖啡

半杯浓热咖啡

½ [siː] [mə'læsɪz]

½	**C**	**molasses**
½	C	糖蜜

½ 杯糖蜜

½ [siː] ['ʃʊgə(r)]

½	**C**	**sugar**
½	C	糖

½ 杯糖

½ [siː] ['bʌtə(r)]

½	**C**	**butter**
½	C	黄油

½ 杯黄油

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	**eggs**
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn] [tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

1	**t**	**baking**	**pdr**	**.**
1	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

[wʌn] [tiː] ['dʒɪndʒə(r)]

1	**t**	**ginger**
1	t	姜

1茶匙生姜

[wʌn] [tiː] ['nʌtmeg]

1	**t**	**nutmeg**
1	t	肉豆蔻

1茶匙肉豆蔻

[fɔːr][siː]['flaʊə(r)]

4	C	flour
4	C	面粉

杯面粉

½ [tiː]['səʊdə]

½	t	soda
½	t	苏打

半茶匙苏打水

[melt] [ðə; ði]['bʌtə(r)] [wɪð] [ðə; ði] ['kɒfi] .

Melt	the	butter	with	the	coffee	.
熔化	这	黄油	和	这	咖啡	.

将黄油和咖啡一起融化。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] , [mə'læsɪz] [ænd; ənd][ðə; ði] [wel] ['biːt(ə)n] [egz] .

Add	sugar	,	molasses	and	the	well	beaten	eggs	.
添加	糖	,	糖蜜	和	这	出色地	被打败	鸡蛋	.

加入糖、糖蜜和打散的鸡蛋。

[sɪft] [ðə; ði][s'paɪsɪz] , ['flaʊə(r)] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd]['səʊdə] .

Sift	the	spices	,	flour	,	baking	powder	and	soda	.
筛	这	香料	,	面粉	,	烘烤	粉末	和	苏打	.

将香料、面粉、泡打粉和小苏打过筛。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði]['lɪkwɪd] [ɪn'griːdiənts] .

Add	to	the	liquid	ingredients	.
添加	到	这	液体	原料	.

加入液体配料中。

[biːt] [wel] .

Beat	well	.
打	出色地	.

打得好。

[tʃɪl] .

Chill	.
寒意	.

寒意。

[drɒp] [ɪn] ['teibl,spuːnful] [ɒn][ə; eɪ] [wel] ['bʌtəd] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] [ɔː(r)][pæn] .

Drop	in	tablespoonfuls	on	a	well	buttered	baking	sheet	or	pan	.
降低	在	汤匙	在	一个	出色地	涂黄油的	烘烤	床单	或者	平底锅	.

将面糊用汤匙舀到涂抹了黄油的烤盘或平底锅上。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] (350°F) [frɒst] [waɪl] [hɒt] .

Bake	10	minutes	in	a	moderate	oven	(	350°F	)	Frost	while	hot	.
烤	-	分钟	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	)	霜	尽管	热的	.

在中等温度（350°F）的烤箱中烘烤 10 分钟，趁热涂上糖霜。

[meɪks] [fɔːr]['dʌz(ə)n][kraɪ] ['beɪbiz] .

Makes	4	dozen	Cry	Babies	.
制作	4	打	哭	婴儿	.

可制作 4 打 Cry Babies 巧克力豆。

['strɔːbəri] [dɪ'zɜːt]

STRAWBERRY	DESSERT
草莓	甜点

草莓甜点

[wʌn] ['pækɪdʒ] ['frəʊz(ə)n] ['strɔːb(ə)riz]

1	package	frozen	strawberries
1	包裹	冷冻	草莓

包冷冻草莓

½ [paɪnt] ['wɪpɪŋ] [kriːm]

½	pint	whipping	cream
½	品脱	鞭打	奶油

半品脱鲜奶油

[wʌn][tiː] [vəˈnɪlə]

1	t	vanilla
1	t	香草

1茶匙香草精

[dæʃ] [sɔːlt]

dash	salt
短跑	盐

撒点盐

[ˌtuːˈtuː][tiː] [ˈpaʊdəd] [ˈʃʊgə(r)]

2	T	powdered	sugar
2	T	粉末状	糖

2汤匙糖粉

[ˈstrɔːbəri] [ˌdʒeləˈtiːn][ɪn][ə; eɪ] [rɪŋ] [məʊld]

strawberry	gelatine	in	a	ring	mold
草莓	明胶	在	一个	戒指	模具

草莓果冻环形模具

[let] ['beriz] [diːˈfrɒst][ænd; ənd][dreɪn] [ɒf] [ðə; ði] ['sɪrəp] .

Let	berries	defrost	and	drain	off	the	syrup	.
让	浆果	解冻	和	流走	离开	这	糖浆	.

让浆果解冻并沥干糖浆。

[wɪp] [ðə; ði] [kriːm] [wɪð] [ðə; ði]['ʃʊgə(r)] , [vəˈnɪlə] [ænd; ənd][sɔːlt] .

Whip	the	cream	with	the	sugar	,	vanilla	and	salt	.
鞭	这	奶油	和	这	糖	,	香草	和	盐	.

将奶油、糖、香草精和盐搅打均匀。

[mɪks][ðə; ði] ['beriz] [wɪð] [ðə; ði] [kriːm] [ænd; ənd][pʊt]['ɪntuː][ðə; ði]['sentə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [rɪŋ] [ɒv; əv]

Mix	the	berries	with	the	cream	and	put	into	the	center	of	the	ring	of
混合	这	浆果	和	这	奶油	和	放	进入	这	中心	的	这	戒指	的

[ˌdʒeləˈtiːn] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [ʌnˈməuldid] ['ɒntə][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['plætə(r)] .

gelatine	which	has	been	unmolded	onto	a	large	platter	.
明胶	哪个	有	到过	未成型	到	一个	大的	拼盘	.

将浆果与奶油混合，放入已脱模并放在大盘子上的明胶圈的中心。

[kʌt] [ə; eɪ] [slaɪs] [ɒv; əv][ðə; ði][ˌdʒeləˈtiːn][ænd; ənd][tɒp] [wɪð] [ðə; ði] ['beriz] [ænd; ənd] [kriːm] .

Cut	a	slice	of	the	gelatine	and	top	with	the	berries	and	cream	.
切	一个	片	的	这	明胶	和	顶部	和	这	浆果	和	奶油	.

切一片吉利丁片，放上浆果和奶油。

[sɜːv] [wɪð] [smɔːl] ['kʊkiz] .

Serve	with	small	cookies	.
服务	和	小的	曲奇饼	.

配小饼干食用。

-

SCHENBELI

-

申贝利

[ˌtuːˈtuː][siː]['flaʊə(r)]

2	C	flour
2	C	面粉

杯面粉

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)]

1	C	sugar
1	C	糖

杯糖

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

⅛ ['el biː]['bʌtə(r)]

⅛	lb	butter
⅛	磅	黄油

⅛磅黄油

['piːliŋ] [ɒv; əv] ½ ['lemən] ['greɪtɪd]

peelings	of	½	lemon	grated
果皮	的	½	柠檬	磨碎的

半个柠檬的皮磨碎

[dʒuːs][ɒv; əv][wʌn]['lemən]

juice	of	1	lemon
汁	的	1	柠檬

1个柠檬的汁

[fæt][fɔː(r); fə(r)] [diːp] ['fraɪɪŋ]

fat	for	deep	frying
胖的	为了	深的	煎炸

用于油炸的油脂

[kriːm] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['bʌtə(r)] .

Cream	sugar	and	butter	.
奶油	糖	和	黄油	.

搅打糖和黄油。

[ˌeɪ diː 'diː] [egz] , [biːt] [wel] .

Add	eggs	,	beat	well	.
添加	鸡蛋	,	打	出色地	.

加入鸡蛋，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː]['lemən] ['piːliŋ] [ænd; ənd][dʒuːs] .

Add	lemon	peelings	and	juice	.
添加	柠檬	果皮	和	汁	.

加入柠檬皮和柠檬汁。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)] , [biːt] [wel] .

Add	flour	,	beat	well	.
添加	面粉	,	打	出色地	.

加入面粉，搅拌均匀。

[niːd] [dəʊ] [ə; eɪ] [fjuː] [taɪmz] .

Knead	dough	a	few	times	.
揉	面团	一个	很少	时代	.

揉面团几次。

[let] [dəʊ] [stænd][ɪn][ə; eɪ] [kuːl] [pleɪs] [fɔː(r); fə(r)][wʌn]['aʊə(r)] .

Let	dough	stand	in	a	cool	place	for	1	hour	.
让	面团	站立	在	一个	凉爽的	地方	为了	1	小时	.

将面团放在阴凉处静置1小时。

[rəʊl]	[aʊt]	[dəʊ]	[ɒn]	['laɪtli]	['flaʊəd]	[bɔːd]	[ænd; ənd]	[ʃeɪp]	['ɪntuː]	[rəʊp]	[laɪk]	[strɪps]	[ə'raʊnd]	[saɪz]
Roll	**out**	**dough**	**on**	**lightly**	**floured**	**board**	**and**	**shape**	**into**	**rope**	**like**	**strips**	**around**	**size**
卷	出去	面团	在	轻轻	撒了面粉	木板	和	形状	进入	绳索	喜欢	条状物	大约	尺寸

[ɒv; əv]	[θʌm]	.
of	**thumb**	**.**
的	拇指	.

在撒了少许面粉的案板上擀开面团，搓成拇指粗细的绳状条状。

[diːp]	[fraɪ]	[ɪn]	[hɒt]	[fæt]	[ʌn'tɪl]	[braʊn]	.
Deep	**fry**	**in**	**hot**	**fat**	**until**	**brown**	**.**
深的	炒	在	热的	胖的	直到	棕色的	.

用热油炸至棕色。

['sprɪŋk(ə)l]	[wɪð]	[kən'fɛkʃənərz]	['ʃʊgə(r)]	.
Sprinkle	**with**	**confectioner's**	**sugar**	**.**
撒	和	糖果商	糖	.

撒上糖粉。

[meɪks]	-	-	-	.
Makes	**50**	**-**	**60**	**.**
制作	-	-	-	.

可制作 50-60 个。

['struːdl]
STRUDEL
苹果卷

苹果卷

2½ [siː]['flaʊə(r)]

2½	**C**	**flour**
2½	C	面粉

2.5 杯面粉

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	**t**	**salt**
1	t	盐

1茶匙盐

[ˌtuː'tuː] [egz] ['biːt(ə)n]

2	**eggs**	**beaten**
2	鸡蛋	被打败

2个打散的鸡蛋

[ˌtuː'tuː][tiː]['bʌtə(r)]

2	**T**	**butter**
2	T	黄油

2汤匙黄油

½ [siː] [wɔːm] ['wɔːtə(r)]

½	**C**	**warm**	**water**
½	C	温暖的	水

半杯温水

['fɪlɪŋ]
Filling
填充

填充

[faɪv][siː] [slaɪst] ['æplz]

5	**C**	**sliced**	**apples**
5	C	切片	苹果

杯切片苹果

[wʌn][tiː]['lemən][raɪnd]['greɪtɪd]

1	T	lemon	rind	grated
1	T	柠檬	果皮	磨碎的

1汤匙柠檬皮屑

[wʌn][siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

1	C	brown	sugar
1	C	棕色的	糖

杯红糖

[θriː][tiː] ['meltɪd] ['bʌtə(r)]

3	T	melted	butter
3	T	融化	黄油

3汤匙融化的黄油

½ [siː]['reɪzɪnz]

½	C	raisins
½	C	葡萄干

½ 杯葡萄干

½ [siː] [tʃɒpt] [nʌts]

½	C	chopped	nuts
½	C	切碎	坚果

½ 杯碎坚果

[sɪft]['flaʊə(r)] & [sɔːlt] .

Sift	flour	&	salt	.
筛	面粉	&	盐	.

将面粉和盐过筛。

[kʌt] [ɪn]['bʌtə(r)] , [ˌeɪ diː 'diː] [egz] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] .

Cut	in	butter	,	add	eggs	and	water	.
切	在	黄油	,	添加	鸡蛋	和	水	.

切入黄油，加入鸡蛋和水。

[niːd] [wel] , [biːt] [ɔː(r)] [θrəʊ] [dəʊ] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'tiː] ['blɪstər] .

Knead	well	,	beat	or	throw	dough	until	it	blisters	.
揉	出色地	,	打	或者	扔	面团	直到	它	水泡	.

充分揉捏、捶打或摔打面团，直到面团起泡。

[let] [stænd][ɪn] [wɔːm] [pleɪs] ['ʌndə(r)] [klɒθ] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] .

Let	stand	in	warm	place	under	cloth	for	20	minutes	.
让	站立	在	温暖的	地方	在下面	布	为了	-	分钟	.

用布盖好，放在温暖的地方静置20分钟。

['kʌvə(r)]['teɪb(ə)l] [wɪð] [waɪt] [klɒθ] [ænd; ənd]['flaʊə(r)][ˌaɪ 'tiː] .

Cover	table	with	white	cloth	and	flour	it	.
覆盖	桌子	和	白色的	布	和	面粉	它	.

用白布盖住桌子，然后撒上面粉。

[pʊl] [dəʊ] [aʊt] [ɒn][ðə; ði] [klɒθ] [ʌn'tɪl]['peɪpə(r)] [θɪn] .

Pull	dough	out	on	the	cloth	until	paper	thin	.
拉	面团	出去	在	这	布	直到	纸	薄的	.

在布上将面团拉至纸般薄。

[spred] [ɒn] ['fɪlɪŋ] .

Spread	on	filling	.
传播	在	填充	.

涂抹在馅料上。

[rəʊl][æz; əz][fɔː(r); fə(r)]['dʒeli][rəʊl] .

Roll	as	for	jelly	roll	.
卷	作为	为了	果冻	卷	.

像卷果冻卷一样卷起来。

[griːs] [tɒp] .

Grease	top	.
润滑脂	顶部	.

顶部抹油。

[beɪk] [rəʊl][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [æt; ət] 450° , [ðen] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [æt; ət] 400° .

Bake	roll	for	10	minutes	at	450°	,	then	for	20	minutes	at	400°	.
烤	卷	为了	-	分钟	在	450°	,	然后	为了	-	分钟	在	400°	.

将面包卷在 450° 下烘烤 10 分钟，然后在 400° 下烘烤 20 分钟。

[kuːl] [ænd; ənd] [slaɪs] .

Cool	and	slice	.
凉爽的	和	片	.

冷却后切片。

['kærəməlaɪzd] ['kʌstəd]

CARAMELIZED	CUSTARD
焦糖	蛋奶冻

焦糖布丁

[θriː] [egz]

3	eggs
3	鸡蛋

3个鸡蛋

¼ [siː]['ʃʊgə(r)]

¼	C	sugar
¼	C	糖

¼ 杯糖

⅛ [tiː][sɔːlt]

⅛	t	salt
⅛	t	盐

⅛ 茶匙盐

[ˌtuː'tuː][siː] [mɪlk] , ['skɔːldɪd]

2	C	milk	,	scalded
2	C	牛奶	,	烫伤

杯牛奶，烫过

½ [tiː] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]

½	t	vanilla	extract
½	t	香草	提炼

½茶匙香草精

½ - [wʌn][siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

½	-	1	C	brown	sugar
½	-	1	C	棕色的	糖

½-1 杯红糖

[spred] ['ʃʊgə(r)] ([braʊn]) [ɪn][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

Spread	sugar	(	brown	)	in	the	bottom	of	a	baking	dish	.
传播	糖	(	棕色的	)	在	这	底部	的	一个	烘烤	盘子	.

在烤盘底部铺上一层红糖。

[pɔː(r)][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['kʌstəd] ['əʊvə(r)][ˌaɪ 'tiː] .

Pour	the	following	custard	over	it	.
倒	这	下列的	蛋奶冻	超过	它	.

将以下蛋奶糊倒在上面。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][sɔːlt][tuː; tə] [wel] ['biːt(ə)n] [egz] .

Add	sugar	and	salt	to	well	beaten	eggs	.
添加	糖	和	盐	到	出色地	被打败	鸡蛋	.

在打散的鸡蛋中加入糖和盐。

[stɜː(r)][ɪn] ['skɔːldɪd] [mɪlk] ['sləʊli] .

Stir	in	scalded	milk	slowly	.
搅拌	在	烫伤	牛奶	缓慢地	.

慢慢倒入热牛奶，搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] ['fleɪvərɪŋ] .

Add	flavoring	.
添加	调味	.

加入调味料。

[pleɪs] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [wɪð] ['kʌstəd] [ænd; ənd] [braʊn] ['ʃʊgə(r)][ɪn][ə; eɪ][pæn][ɒv; əv][hɒt]['wɔːtə(r)][ænd; ənd]

Place	baking	dish	with	custard	and	brown	sugar	in	a	pan	of	hot	water	and
地方	烘烤	盘子	和	蛋奶冻	和	棕色的	糖	在	一个	平底锅	的	热的	水	和

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n] [ʌn'tɪl] [fɜːm] .

bake	in	a	moderate	oven	until	firm	.
烤	在	一个	缓和	烤箱	直到	公司	.

将装有蛋奶糊和红糖的烤盘放入装有热水的锅中，然后在温度适中的烤箱中烘烤至凝固。

[kuːl] [ænd; ənd] [ɪn'vɜːt] ['ɒntə][ə; eɪ]['plætə(r)] .

Cool	and	invert	onto	a	platter	.
凉爽的	和	倒置	到	一个	拼盘	.

冷却后倒扣在盘子上。

[ðə; ði] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] [fɔːmz] [ə; eɪ]['kærəmel] [sɔːs] .

The	brown	sugar	forms	a	caramel	sauce	.
这	棕色的	糖	表格	一个	焦糖	酱	.

红糖会形成焦糖酱。

[juːz] [mɔː(r)][ɔː(r)] [les] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] [dɪ'pendɪŋ] [ɒn] [haʊ] [mʌtʃ] [sɔːs] [ɪz] [dɪ'zaɪəd] .

Use	more	or	less	brown	sugar	depending	on	how	much	sauce	is	desired	.
使用	更多的	或者	较少的	棕色的	糖	取决于	在	如何	很多	酱	是	想要的	.

根据想要的酱汁量，可以酌情增减红糖的用量。

[piːtʃ] ['skɒləp]

PEACH	SCALLOP
桃	扇贝

桃子扇贝

['reɪndʒ] [ɔːl'tɜːnət] ['leɪəz] [ɒv; əv][θriː] ['leɪəz] [ɒv; əv] [iːtʃ] :

Arrange	alternate	layers	of	3	layers	of	each	:
安排	备用	层	的	3	层	的	每个	:

将每种材料交替分层，每层3层：

1½ [siː] [slaɪst] ['piːtʃɪz]

1½	C	sliced	peaches
1½	C	切片	桃子

1.5 杯切片桃子

½ [siː] [lait] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

½	C	light	brown	sugar
½	C	光	棕色的	糖

½ 杯浅棕糖

[ˌtuː'tuː][tiː]['bʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

[ˌtuː'tuː][siː] [keɪk] [krʌmz] ([lɑːst]['leɪə(r)])

2	C	cake	crumbs	(	last	layer	)
2	C	蛋糕	面包屑	(	最后的	层	)

杯蛋糕屑（最后一层）

['əʊvə(r)][tɒp][pɔː(r)] ½ [siː] [ɪ'væpəreɪtɪd] [mɪlk][daɪ'luːtɪd] [wɪð] ¼ [siː]['wɔːtə(r)] .

Over	top	pour	½	C	evaporated	milk	diluted	with	¼	C	water	.
超过	顶部	倒	½	C	蒸发	牛奶	稀	和	¼	C	水	.

在上面倒入 ½ 杯用 ¼ 杯水稀释的淡奶。

[beɪk] [ʌn'tɪl] [braʊn] .

Bake	until	brown	.
烤	直到	棕色的	.

烤至棕色。

[ɪf] [kænd] ['piːtʃɪz] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [juːz][dʒuːs][fɔː(r); fə(r)] [sɔːs] .

If	canned	peaches	are	used	use	juice	for	sauce	.
如果	罐装	桃子	是	用过的	使用	汁	为了	酱	.

如果使用罐装桃子，则用桃汁做酱汁。

['pɒpi] - [siːd] ['kʊkiz]

POPPY	-	SEED	COOKIES
罂粟	-	种子	曲奇饼

罂粟籽饼干

[fɔːr][siː] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)]

4	C	sifted	flour
4	C	筛过的	面粉

杯过筛面粉

[θriː][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

3	t	baking	pdr	.
3	t	烘烤	血浆置换	.

3吨烘焙粉。

¼ [tiː][sɔːlt]

¼	t	salt
¼	t	盐

¼ 茶匙盐

[wʌn][siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

1	C	shortening
1	C	缩短

C 缩短

½ [siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

½	C	brown	sugar
½	C	棕色的	糖

半杯红糖

[ˌtuː'tuː][siː]['grænjʊleɪtɪd]['ʃʊgə(r)]

2	C	granulated	sugar
2	C	颗粒状	糖

杯砂糖

[ˌtuː'tuː] [egz] , [wel] ['biːt(ə)n]

2	eggs	,	well	beaten
2	鸡蛋	,	出色地	被打败

2个鸡蛋，充分打散

[wʌn][siː] ['pɒpi] [siːd]

1	C	poppy	seed
1	C	罂粟	种子

杯罂粟籽

[wʌn][tiː] [və'nɪlə]

1	T	vanilla
1	T	香草

汤匙香草精

[kriːm] ['ʃɔːtnɪŋ] , [ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)]['grædʒuəli][ænd; ənd] [kriːm] [tə'geðə(r)] ['θʌrəli] .

Cream	**shortening**	**,**	**add**	**sugar**	**gradually**	**and**	**cream**	**together**	**thoroughly**	**.**
奶油	缩短	,	添加	糖	逐步地	和	奶油	一起	彻底	.

将起酥油打发，逐渐加入糖，充分搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [egz] , ['pɒpi] - [siːd] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .

Add	**eggs**	**,**	**poppy**	**-**	**seed**	**and**	**vanilla**	**.**
添加	鸡蛋	,	罂粟	-	种子	和	香草	.

加入鸡蛋、罂粟籽和香草精。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)] ['sɪftɪd] [wɪð] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .

Add	**flour**	**sifted**	**with**	**baking**	**powder**	**and**	**salt**	**.**
添加	面粉	筛过的	和	烘烤	粉末	和	盐	.

加入过筛的面粉、泡打粉和盐。

[mɪks] [wel] .

Mix	**well**	**.**
混合	出色地	.

充分搅拌。

[ʃeɪp] [stɪf] [dəʊ] ['ɪntuː][rəʊlz] , 1½ ['ɪntʃɪz] [ɪn][daɪ'æmɪtə(r)] .

Shape	**stiff**	**dough**	**into**	**rolls**	**,**	**1½**	**inches**	**in**	**diameter**	**.**
形状	僵硬的	面团	进入	卷	,	1½	英寸	在	直径	.

将硬面团揉成直径为 1½ 英寸的小卷。

[ræp] [ɪn] [wækst] ['peɪpə(r)][ænd; ənd] [tʃɪl] [wel] [ɔː(r)] [ˌəʊvə'naɪt] .

Wrap	**in**	**waxed**	**paper**	**and**	**chill**	**well**	**or**	**overnight**	**.**
裹	在	打蜡	纸	和	寒意	出色地	或者	过夜	.

用蜡纸包好，冷藏或冷藏过夜。

[slaɪs] ⅛ [ɪntʃ] [θɪk] .

Slice	**⅛**	**inch**	**thick**	**.**
片	⅛	英寸	厚的	.

切成⅛英寸厚的片。

[beɪk] [ɒn] [ʌn'griːst] ['kʊki] [ʃiːt] [ɪn] 425° ['ʌv(ə)n][ɔː(r)] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] .

Bake	**on**	**ungreased**	**cookie**	**sheet**	**in**	**425°**	**oven**	**or**	**until**	**lightly**	**browned**	**.**
烤	在	未涂油的	曲奇饼	床单	在	425°	烤箱	或者	直到	轻轻	棕色	.

在未涂油的烤盘上，放入 425° 的烤箱烘烤，或烤至表面呈浅棕色。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [swiːt] ['kʊki] .

This	**is**	**a**	**very**	**sweet**	**cookie**	**.**
这	是	一个	非常	甜的	曲奇饼	.

这是一款非常甜的饼干。

[ɪf] [les] ['swiːtnəs] [ænd; ənd][mɔː(r)] ['rɪtʃnəs] [ɪz] [dɪ'zaɪəd] [kʌt] [waɪt] ['ʃʊgə(r)][tuː; tə] 1½ [kʌps] [ænd; ənd]

If	**less**	**sweetness**	**and**	**more**	**richness**	**is**	**desired**	**cut**	**white**	**sugar**	**to**	**1½**	**cups**	**and**
如果	较少的	甜味	和	更多的	丰富	是	想要的	切	白色的	糖	到	1½	杯子	和

['flaʊə(r)][tuː; tə][θriː] [kʌps] .

flour	**to**	**3**	**cups**	**.**
面粉	到	3	杯子	.

如果想要甜度降低，口感更浓郁，可以将白砂糖减至 1.5 杯，面粉减至 3 杯。

['sɛvən]['dʌz(ə)n] ['kʊkiz] .

7	**dozen**	**cookies**	**.**
7	打	曲奇饼	.

7打饼干。

[ɪ'kɒnəmi] ['eɪndʒl] [fuːd] [keɪk]

ECONOMY	**ANGEL**	**FOOD**	**CAKE**
经济	天使	食物	蛋糕

经济型天使蛋糕

[wʌn][siː] ([skænt]) [eg] ['waɪts]

1	C	(	scant	)	egg	whites
1	C	(	稀少	)	蛋	白人

杯（少量）蛋清

1¼ [siː]['ʃʊgə(r)]

1¼	C	sugar
1¼	C	糖

1¼ 杯糖

[wʌn][siː] [keɪk] ['flaʊə(r)] ['sɪftɪd] [fɔːr] [taɪmz] ([wʌns] [bɪ'fɔː(r)] ['meʒərɪŋ])

1	C	cake	flour	sifted	4	times	(	once	before	measuring	)
1	C	蛋糕	面粉	筛过的	4	时代	(	一次	前	测量	)

杯蛋糕粉过筛 4 次（量取前过筛一次）

[wʌn][tiː] [kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)]

1	t	cream	of	tartar
1	t	奶油	的	鞑靼

1茶匙酒石酸氢钾

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

[wʌn][tiː]['lemən]['ekstrækt; ɪk'strækt][ɔː(r)] ½ [tiː] [və'nɪlə] [ænd; ənd] ½ [tiː]['ɑːmənd][ɛkstr] .

1	t	lemon	extract	or	½	t	vanilla	and	½	t	almond	extr	.
1	t	柠檬	提炼	或者	½	t	香草	和	½	t	杏仁	额外	.

1茶匙柠檬提取物或½茶匙香草精和½茶匙杏仁提取物。

['nʌtmeg] [ɪf] [dɪ'zaɪəd]

nutmeg	if	desired
肉豆蔻	如果	想要的

如果需要，可以加肉豆蔻。

[biːt] [eg] ['waɪts] [ʌn'tɪl] [stɪf] [wɪð] [kriːm] [ɒv; əv]['tɑːtə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .

Beat	egg	whites	until	stiff	with	cream	of	tartar	and	salt	.
打	蛋	白人	直到	僵硬的	和	奶油	的	鞑靼	和	盐	.

将蛋白与塔塔粉和盐一起打发至硬性发泡。

[wɪð] ['waɪə(r)] [wɪsk] [fəʊld][ɪn] ['sɪftɪd] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd] ['fleɪvərɪŋ] .

With	wire	whisk	fold	in	sifted	sugar	and	flavoring	.
和	金属丝	拂	折叠	在	筛过的	糖	和	调味	.

用打蛋器将过筛的糖和调味料拌入面糊中。

[fəʊld][ɪn]['flaʊə(r)] [θruː] ['sɪftə(r)] .

Fold	in	flour	through	sifter	.
折叠	在	面粉	通过	筛子	.

将面粉过筛后拌入。

[beɪk] [ɪn] [ʌn'griːst] ['tʃɪmni] [pæn][æn; ən]['aʊə(r)][ɔː(r)][mɔː(r)][æt; ət] 250° ,

Bake	in	ungreased	chimney	pan	an	hour	or	more	at	250°	,
烤	在	未涂油的	烟囱	平底锅	一个	小时	或者	更多的	在	250°	,

在未涂油的烟囱烤盘中，以 250° 的温度烘烤一小时或更长时间。

[ɔː(r)][baɪ][ðə; ði] [njuː] ['meθəd] (½ ['aʊə(r)][æt; ət] 425°) [ʌn'tɪl]['waɪə(r)]['testə(r)] ['kɒmz] [aʊt] [kliːn] .

or	by	the	new	method	(	½	hour	at	425°	)	until	wire	tester	comes	out	clean	.
或者	经过	这	新的	方法	(	½	小时	在	425°	)	直到	金属丝	测试员	来	出去	干净的	.

或者采用新方法（425°下加热半小时），直到电线测试仪检测不出问题为止。

[ɪn'vɜːt] [ɒn] ['tʃɪmni] [tuː; tə] [kuːl] .

Invert	on	chimney	to	cool	.
倒置	在	烟囱	到	凉爽的	.

倒扣在烟囱上冷却。

[kʌt] [wɪð] ['vɜːtɪk(ə)l] ['məʊʃn] [wɪð] ['veri] [ʃɑːp] [naɪf] , ['waɪpɪŋ] [kliːn] ['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [kʌt] [wɪð] [mɔɪst]
Cut with vertical motion with very sharp knife , wiping clean after each cut with moist
切 和 垂直的 运动 和 非常 锋利的 刀 , 擦拭 干净的 后 每个 切 和 潮湿
[klɒθ] .
cloth .
布 .

用非常锋利的刀垂直切割，每次切割后用湿布擦拭干净。

-
PFEFFERNUESSE
-

普费弗纽斯

4½ [siː] ['sɪftɪd] ['flaʊə(r)]
4½ C sifted flour
4½ C 筛过的 面粉

4.5 杯过筛面粉

¼ [tiː]['səʊdə]
¼ t soda
¼ t 苏打

¼ 茶匙苏打水

[wʌn][tiː] [iːtʃ] : [kləʊvz] , ['nʌtmeg] , [sɔːlt]
1 t each : cloves , nutmeg , salt
1 t 每个 : 丁香 , 肉豆蔻 , 盐

丁香、肉豆蔻、盐各1茶匙

⅛ [tiː] ['sɪnəmən]
⅛ t cinnamon
⅛ t 肉桂

⅛茶匙肉桂

¼ [tiː] [blæk] ['pepə(r)]
¼ t black pepper
¼ t 黑色的 胡椒

¼茶匙黑胡椒

[ˌtuː'tuː][tiː] ['ænɪs] [siːd]
2 t anise seed
2 t 八角 种子

2茶匙茴香籽

[fɔːr] [egz] ['slaɪtli] ['biːt(ə)n]
4 eggs slightly beaten
4 鸡蛋 轻微地 被打败

4个鸡蛋略微打散

[ˌtuː'tuː][siː] ([pækt] [braʊn] ['ʃʊgə(r)])
2 C (packed brown sugar)
2 C (包装 棕色的 糖)

杯（红糖）

[kəm'baɪn] [egz] [ænd; ənd] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] .
Combine eggs and brown sugar .
结合 鸡蛋 和 棕色的 糖 .

将鸡蛋和红糖混合。

[ˌeɪ diː 'diː][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][mɪks] .
Add dry ingredients and mix .
添加 干燥 原料 和 混合 .

加入干料并搅拌。

[ʃeɪp] ['ɪntuː]['wɔːlnʌt] - [saɪzd] [bɔːlz] [ænd; ənd] [pʊt] [ɒn] [griːzd] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] .

Shape	**into**	**walnut**	**-**	**sized**	**balls**	**and**	**put**	**on**	**greased**	**baking**	**sheet**	**.**
形状	进入	核桃	-	尺寸	球	和	放	在	涂油	烘烤	床单	.

将面团搓成核桃大小的球状，放在抹了油的烤盘上。

[let] [stænd] [ˌəʊvə'naɪt] ['kʌvəd] [wɪð] ['taʊəl] .

Let	**stand**	**overnight**	**covered**	**with**	**towel**	**.**
让	站立	过夜	涵盖	和	毛巾	.

用毛巾盖住，静置过夜。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] (350°) .

Bake	**20**	**to**	**25**	**minutes**	**(**	**350°**	**)**	**.**
烤	-	到	-	分钟	(	350°	)	.

烘烤 20 至 25 分钟（350°）。

[ʃeɪk] [fjuː] ['kʊkiz] [æt; ət] [taɪm] [ɪn] ['peɪpə(r)] [bæg] [wɪð] [kən'fɛkʃənərz] ['ʃʊgə(r)] .

Shake	**few**	**cookies**	**at**	**time**	**in**	**paper**	**bag**	**with**	**confectioner's**	**sugar**	**.**
摇	很少	曲奇饼	在	时间	在	纸	包	和	糖果商	糖	.

每次取几块饼干放入装有糖粉的纸袋中摇晃。

[kiːp] ['taɪtli] ['kʌvəd] .

Keep	**tightly**	**covered**	**.**
保持	紧紧	涵盖	.

盖紧。

[bɪ'kʌm] [s'ɒftɐ] [ðə; ði] [lɒŋgə(r)] [kept] .

Become	**softer**	**the**	**longer**	**kept**	**.**
变得	更柔和	这	更长	保留	.

放置时间越长越柔软。

[kwɪk] ['tʃɒklət] [keɪk]

QUICK	**CHOCOLATE**	**CAKE**
快的	巧克力	蛋糕

速成巧克力蛋糕

[wʌn] [siː] ['saʊə(r)] [mɪlk] [ɔː(r)] ['bʌtəmɪlk]

1	**C**	**sour**	**milk**	**or**	**buttermilk**
1	C	酸的	牛奶	或者	酪乳

杯酸奶或酪乳

[wʌn] [siː] [braʊn] [ɔː(r)] [waɪt] ['ʃʊgə(r)]

1	**C**	**brown**	**or**	**white**	**sugar**
1	C	棕色的	或者	白色的	糖

杯红糖或白糖

[wʌn] [eg]

1	**egg**
1	蛋

1个鸡蛋

[ˌtuː'tuː] [es 'kjuː] ['beɪkɪŋ] ['tʃɒklət]

2	**sq**	**baking**	**chocolate**
2	平方	烘烤	巧克力

块烘焙巧克力

[ˌtuː'tuː] [tiː] ['ʃɔːtnɪŋ]

2	**T**	**shortening**
2	T	缩短

2T缩短

[wʌn] [tiː] [və'nɪlə]

1	**t**	**vanilla**
1	t	香草

1茶匙香草精

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] ['səʊdə]

1	t	baking	soda
1	t	烘烤	苏打

1茶匙小苏打

1½ [siː]['flaʊə(r)]

1½	C	flour
1½	C	面粉

1.5 杯面粉

[dɪ'zɒlv] ['ʃʊgə(r)][ɪn][mɪlk] .

Dissolve	sugar	in	milk	.
溶解	糖	在	牛奶	.

将糖溶解在牛奶中。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] [ænd; ənd] [biːt] [wel] .

Add	egg	and	beat	well	.
添加	蛋	和	打	出色地	.

加入鸡蛋，搅拌均匀。

[melt] ['tʃɒklət] [ænd; ənd] ['ʃɔːtnɪŋ] [tə'geðə(r)] .

Melt	chocolate	and	shortening	together	.
熔化	巧克力	和	缩短	一起	.

将巧克力和起酥油一起融化。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] [ɪn]['ɔːdə(r)]['gɪv(ə)n] ['biːtɪŋ] [wel] ['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [ə'dɪʃ(ə)n] .

Add	other	ingredients	in	order	given	beating	well	after	each	addition	.
添加	其他	原料	在	命令	给定	殴打	出色地	后	每个	添加	.

按顺序加入其他配料，每次加入后都要充分搅拌。

[beɪk] [ɪn] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][ɪn] [griːzd] [eit] " ['beɪkɪŋ] [pæn][ɔː(r)][ɪn] ['kʌpkeɪk] [tɪnz] .

Bake	in	moderate	oven	in	greased	8	"	baking	pan	or	in	cupcake	tins	.
烤	在	缓和	烤箱	在	涂油	8	"	烘烤	平底锅	或者	在	纸杯蛋糕	罐头	.

在抹了油的 8 英寸烤盘或纸杯蛋糕模具中，用中等温度的烤箱烘烤。

['dʒɜːmən] [swiːt] ['tʃɒklət] [keɪk] .

GERMAN	SWEET	CHOCOLATE	CAKE	.
德语	甜的	巧克力	蛋糕	.

德国甜巧克力蛋糕。

½ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

½	C	shortening
½	C	缩短

½ 杯起酥油

[ˌtuː'tuː][siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)]

2	C	brown	sugar
2	C	棕色的	糖

杯红糖

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn] [keɪk] [dʒɜːr'meɪnz] [swiːt] ['tʃɒklət] [dɪ'zɒlvd] [ɪn] ½ [siː][hɒt]['wɔːtə(r)]

1	cake	Germain's	Sweet	Chocolate	dissolved	in	½	C	hot	water
1	蛋糕	日耳曼的	甜的	巧克力	溶解	在	½	C	热的	水

将1块Germain's甜巧克力溶于½杯热水中

[wʌn][siː]['saʊə(r)][mɪlk] [wɪð] ½ [tiː]['səʊdə]

1	C	sour	milk	with	½	t	soda
1	C	酸的	牛奶	和	½	t	苏打

杯酸奶加 ½ 茶匙苏打水

2⅔ [siː]['flaʊə(r)]

2⅔	C	flour
2⅔	C	面粉

2⅔ 杯面粉

[ˌtuː'tuː][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

2	t	baking	pdr	.
2	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

⅛ [tiː][sɔːlt]

⅛	t	salt
⅛	t	盐

⅛ 茶匙盐

['frɒstɪŋ]

Frosting
糖霜

糖霜

[ˌtuː'tuː][ˌəʊ 'zed] .

2	oz	.
2	盎司	.

2盎司

['bɪtə(r)] ['tʃɒklət]

bitter	chocolate
苦的	巧克力

苦巧克力

[wʌn][siː] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]

1	C	powdered	sugar
1	C	粉末状	糖

杯糖粉

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[wʌn][tiː] [və'nɪlə]

1	t	vanilla
1	t	香草

1茶匙香草精

¼ [siː] [mɪlk]

¼	C	milk
¼	C	牛奶

¼ 杯牛奶

[wʌn][tiː] [sɒft] ['bʌtə(r)]

1	T	soft	butter
1	T	柔软的	黄油

汤匙软化黄油

[kriːm] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] .

Cream	shortening	and	sugar	.
奶油	缩短	和	糖	.

奶油、起酥油和糖。

[ˌeɪ diː 'diː] [egz] .

Add	eggs	.
添加	鸡蛋	.

加入鸡蛋。

[biːt] [wel] .
Beat **well** **.**
打 出色地 .

打得好。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈtʃɒklət] , [ænd; ənd] [ðen] [mɪlk] [ænd; ənd][draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] [ɔːlˈtɜːnətli] .
Add **chocolate** **,** **and** **then** **milk** **and** **dry** **ingredients** **alternately** **.**
添加 巧克力 , 和 然后 牛奶 和 干燥 原料 交替 .

加入巧克力，然后交替加入牛奶和干料。

[beɪk] [ɪn][θriː][eit] " [pænz][æt; ət] 350° [ʌnˈtɪl] [ˈtestə(r)] [ˈkɒmz] [aʊt] [kliːn] .
Bake **in** **3** **8** **"** **pans** **at** **350°** **until** **tester** **comes** **out** **clean** **.**
烤 在 3 8 " 平底锅 在 350° 直到 测试员 来 出去 干净的 .

将面糊倒入 3 个 8 英寸的烤盘中，以 350° 烘烤，直到牙签插入后取出干净为止。

[wen] [kuːl] [aɪs] [wɪð] [ˈfrɒstɪŋ] .
When **cool** **ice** **with** **frosting** **.**
什么时候凉爽的 冰 和 糖霜 .

冰镇后加糖霜。

[ˈfrɒstɪŋ] : [melt] [ˈtʃɒklət] .
Frosting **:** **Melt** **chocolate** **.**
糖霜 : 熔化 巧克力 .

糖霜：融化巧克力。

[mɪks][wʌn][siː][ˈʃʊgə(r)] , [eg] , [vəˈnɪlə] , [mɪlk] [ænd; ənd] [ˈbʌtə(r)] .
Mix **1** **C** **sugar** **,** **egg** **,** **vanilla** **,** **milk** **and** **butter** **.**
混合 1 C 糖 , 蛋 , 香草 , 牛奶 和 黄油 .

混合1杯糖、鸡蛋、香草精、牛奶和黄油。

[pleɪs] [bəʊl] [ðɪs] [ˈmɪkstʃə(r)][ɪn][pæn][ɒv; əv][kəʊld][ˈwɔːtə(r)] .
Place **bowl** **this** **mixture** **in** **pan** **of** **cold** **water** **.**
地方 碗 这 混合物 在 平底锅 的 寒冷的 水 .

将盛有混合物的碗放入冷水锅中。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈmeltɪd] [ˈtʃɒklət] .
Add **melted** **chocolate** **.**
添加 融化 巧克力 .

加入融化的巧克力。

[biːt] [wɪð] [ˈrəʊtəri] [ˈbiːtə(r)] [ʌnˈtɪl] [stɪf] .
Beat **with** **rotary** **beater** **until** **stiff** **.**
打 和 旋转 击打者 直到 僵硬的 .

用旋转式打蛋器打发至硬性发泡。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

友谊俱乐部食谱(Friendship Club Cook Book)
第3/3页

[fɔː(r); fə(r)][ˌveəriˈeɪʃ(ə)n][ˌeɪ diː ˈdiː][ˌtuːˈtuː][drɒps] [ˈpepəmɪnt] [ˈekstrækt; ɪkˈstrækt] .

For	variation	add	2	drops	peppermint	extract	.
为了	变化	添加	2	滴	薄荷	提炼	.

为了增加风味，可以加入2滴薄荷提取物。

[ˈlemən] [məˈræŋ] [paɪ]

LEMON	MERINGUE	PIE
柠檬	蛋白酥皮	馅饼

柠檬蛋白派

[faɪv][tiː] [kɔːn] [stɑːtʃ]

5	T	corn	starch
5	T	玉米	淀粉

5汤匙玉米淀粉

[ˌtuːˈtuː][siː][ˈwɔːtə(r)]

2	C	water
2	C	水

2摄氏度水

[wʌn][siː][ˈʃʊgə(r)]

1	C	sugar
1	C	糖

杯糖

¼ [tiː][sɔːlt]

¼	t	salt
¼	t	盐

¼ 茶匙盐

[θriː] [egz] ([ˈslaɪtli] [ˈbiːt(ə)n])

3	eggs	(	slightly	beaten	)
3	鸡蛋	(	轻微地	被打败	)

3个鸡蛋（略微打散）

[ˌtuːˈtuː][tiː][ˈbʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

[faɪv][tiː][ˈlemən][dʒuːs]

5	T	lemon	juice
5	T	柠檬	汁

5汤匙柠檬汁

[ˌtuːˈtuː][tiː][ˈlemən][raɪnd]

2	t	lemon	rind
2	t	柠檬	果皮

2茶匙柠檬皮

[məˈræŋ] :

Meringue	:
蛋白酥皮	:

蛋白酥皮：

[biːt] [θriː] [eg] ['waɪts] [stɪf] , ['ædɪŋ] [sɪks][tiː]['ʃʊgə(r)] .

Beat	3	egg	whites	stiff	,	adding	6	T	sugar	.
打	3	蛋	白人	僵硬的	,	添加	6	T	糖	.

将 3 个蛋清打发至硬性发泡，加入 6 汤匙糖。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [ɪn] 325° ['ʌv(ə)n] .

Bake	for	15	minutes	in	325°	oven	.
烤	为了	-	分钟	在	325°	烤箱	.

在 325° 的烤箱中烘烤 15 分钟。

['ɑːftə(r)][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [braʊn] [tɜːn] [ɒf] ['ʌv(ə)n][ænd; ənd][let] [kuːl] [ɪn]['ʌv(ə)n] .

After	it	has	become	brown	turn	off	oven	and	let	cool	in	oven	.
后	它	有	变得	棕色的	转动	离开	烤箱	和	让	凉爽的	在	烤箱	.

烤至表面呈棕色后，关掉烤箱，让其在烤箱内冷却。

[mɪks] [kɔːn] [stɑːtʃ] [wɪð] ½ [siː]['wɔːtə(r)][ɪn][tɒp][ɒv; əv] ['dʌb(ə)l] ['bɔɪlə(r)] .

Mix	corn	starch	with	½	C	water	in	top	of	double	boiler	.
混合	玉米	淀粉	和	½	C	水	在	顶部	的	双倍的	锅炉	.

在双层蒸锅的上层，将玉米淀粉与 ½ 杯水混合。

[blend] [ɪn]['ʃʊgə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .

Blend	in	sugar	and	salt	.
混合	在	糖	和	盐	.

加入糖和盐拌匀。

[ˌeɪ diː 'diː][rɪ'meɪndə(r)][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .

Add	remainder	of	water	.
添加	余	的	水	.

加入剩余的水。

[stɜː(r)] ['kɒnstəntli] ['əʊvə(r)] [ləʊ] [hiːt] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)] [bɔɪlz] .

Stir	constantly	over	low	heat	until	mixture	boils	.
搅拌	不断地	超过	低的	热	直到	混合物	沸腾	.

小火加热，不停搅拌直至混合物沸腾。

['kʌvə(r)][ænd; ənd] [kʊk] ['əʊvə(r)] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] - ['mɪnɪts] .

Cover	and	cook	over	boiling	water	10	minutes	.
覆盖	和	厨师	超过	沸腾	水	-	分钟	.

盖上盖子，隔水煮10分钟。

['grædʒuəli] [pɔː(r)] [hɒt] ['mɪkstʃə(r)]['əʊvə(r)] ['biːt(ə)n] [eg] [jəʊk] .

Gradually	pour	hot	mixture	over	beaten	egg	yolks	.
逐步地	倒	热的	混合物	超过	被打败	蛋	蛋黄	.

将热混合物缓缓倒入打散的蛋黄中。

['stɜːrɪŋ] ['kɒnstəntli] [rɪ'tɜːn] [tuː; tə] ['dʌb(ə)l] ['bɔɪlə(r)][ænd; ənd] [kʊk] [ˌtuː'tuː] ['mɪnɪts] [lɒŋgə(r)] .

Stirring	constantly	return	to	double	boiler	and	cook	2	minutes	longer	.
搅拌	不断地	返回	到	双倍的	锅炉	和	厨师	2	分钟	更长	.

不断搅拌，放回双层蒸锅再煮 2 分钟。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [hiːt] , [ˌeɪ diː 'diː]['bʌtə(r)] , ['lemən][dʒuːs][ænd; ənd][raɪnd] .

Remove	from	heat	,	add	butter	,	lemon	juice	and	rind	.
消除	从	热	,	添加	黄油	,	柠檬	汁	和	果皮	.

从火上移开，加入黄油、柠檬汁和柠檬皮。

[mɪks] [wel] [ænd; ənd] [kuːl] .

Mix	well	and	cool	.
混合	出色地	和	凉爽的	.

搅拌均匀后放凉。

[pɔː(r)]['ɪntuː][eit] " [paɪ] [ʃel] .

Pour	into	8	"	pie	shell	.
倒	进入	8	"	馅饼	壳	.

倒入8英寸派皮中。

['sɪŋg(ə)l] [eit] " [paɪ] [krʌst]

SINGLE	8	"	PIE	CRUST
单身的	8	"	馅饼	地壳

单层8英寸派皮

[wʌn] [siː] ['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

½ [tiː] [sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

⅓ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

⅓	C	shortening
⅓	C	缩短

⅓ C 起酥油

2½ [tiː] ['wɔːtə(r)]

2½	T	water
2½	T	水

2.5 汤匙水

[sɪft] [tə'geðə(r)] ['flaʊə(r)] [ænd; ənd] [sɔːlt] .

Sift	together	flour	and	salt	.
筛	一起	面粉	和	盐	.

将面粉和盐一起过筛。

[kʌt] [ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [saɪz] [ɒv; əv] ['piːz] .

Cut	in	shortening	until	it	is	the	size	of	peas	.
切	在	缩短	直到	它	是	这	尺寸	的	豌豆	.

将起酥油切成小块，直到变成豌豆大小。

['sprɪŋk(ə)l] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] ['mɪkstʃə(r)] [ænd; ənd] [meɪk] ['ɪntuː] [bɔːl] .

Sprinkle	the	water	over	the	mixture	and	make	into	ball	.
撒	这	水	超过	这	混合物	和	制作	进入	球	.

将水洒在混合物上，揉成球状。

[rəʊl] [aʊt] [ɒn] ['flaʊəd] [bɔːd] .

Roll	out	on	floured	board	.
卷	出去	在	撒了面粉	木板	.

在撒了面粉的案板上擀开。

[bɪld] [ʌp] ['fluːtɪd] [edʒ] [ænd; ənd] [prɪk] ['bɒtəm] [wɪð] [fɔːk] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['pʌfɪŋ] .

Build	up	fluted	edge	and	prick	bottom	with	fork	to	prevent	puffing	.
建造	向上	凹槽	边缘	和	刺	底部	和	叉	到	防止	抽气	.

堆高波纹边缘，用叉子在底部扎孔，防止膨胀。

[beɪk] [fɔː(r); fə(r)] - - - ['mɪnɪts] [ɪn] 475° ['ʌv(ə)n] .

Bake	for	10	-	12	minutes	in	475°	oven	.
烤	为了	-	-	-	分钟	在	475°	烤箱	.

在 475° 的烤箱中烘烤 10-12 分钟。

[kwɪk] [ləʊf] [keɪk]

QUICK	LOAF	CAKE
快的	面包	蛋糕

速成面包蛋糕

[ˌtuː'tuː] [egz]

2	eggs
2	鸡蛋

2个鸡蛋

[wʌn][siː]['ʃʊgə(r)]

1	C	sugar
1	C	糖

杯糖

[wʌn][siː]['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

1	t	baking	pdr	.
1	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

¼ [tiː][sɔːlt]

¼	t	salt
¼	t	盐

¼ 茶匙盐

½ [siː] [mɪlk] , ['skɔːldɪd]

½	C	milk	,	scalded
½	C	牛奶	,	烫伤

½ 杯牛奶，烫过

[ˌtuː'tuː][tiː] ['meltɪd] ['ʃɔːtnɪŋ]

2	T	melted	shortening
2	T	融化	缩短

汤匙熔化的起酥油

[biːt] [egz] [ʌn'tɪl] ['veri] [lait] [wɪð] ['rəʊtəri]['biːtə(r)] .

Beat	eggs	until	very	light	with	rotary	beater	.
打	鸡蛋	直到	非常	光	和	旋转	击打者	.

用电动打蛋器将鸡蛋打至非常蓬松。

[ˌeɪ diː 'diː] ['beɪkɪŋ] ['paʊdə(r)][ænd; ənd][sɔːlt][ænd; ənd][mɪks] [wel] .

Add	baking	powder	and	salt	and	mix	well	.
添加	烘烤	粉末	和	盐	和	混合	出色地	.

加入泡打粉和盐，搅拌均匀。

[melt] ['ʃɔːtnɪŋ] [ɪn][hɒt] [mɪlk][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ɔːl][æt; ət][wʌns][tuː; tə] [eg] ['mɪkstʃə(r)] .

Melt	shortening	in	hot	milk	and	add	all	at	once	to	egg	mixture	.
熔化	缩短	在	热的	牛奶	和	添加	全部	在	一次	到	蛋	混合物	.

将起酥油在热牛奶中融化，然后一次性倒入鸡蛋混合物中。

[fəʊld][ɪn]['flaʊə(r)] .

Fold	in	flour	.
折叠	在	面粉	.

轻轻拌入面粉。

[beɪk] [ɪn] [griːzd] [ləʊf][pæn][ɪn][ə; eɪ] ['mɒdərət] ['ʌv(ə)n][ʌn'tɪl] [braʊn] .

Bake	in	greased	loaf	pan	in	a	moderate	oven	until	brown	.
烤	在	涂油	面包	平底锅	在	一个	缓和	烤箱	直到	棕色的	.

在抹了油的吐司模具中，用中等温度的烤箱烘烤至棕色。

['sev(ə)n] - ['mɪnɪt] ['frɒstɪŋ] [ɪn] [θriː] ['mɪnɪts]

SEVEN	-	MINUTE	FROSTING	IN	THREE	MINUTES
七	-	分钟	糖霜	在	三	分钟

七分钟糖霜，三分钟搞定

[ˌtuː'tuː] [eg] ['waɪts]

2	egg	whites
2	蛋	白人

2个蛋清

[wʌn][siː] [braʊn] ['ʃʊgə(r)] ['fɜːmli] [pækt]

1	C	brown	sugar	firmly	packed
1	C	棕色的	糖	牢牢	包装

杯红糖（压实）

½ [siː]['wɔːtə(r)]

½	C	water
½	C	水

½ 杯水

[dæʃ] [sɔːlt]

dash	salt
短跑	盐

撒点盐

[wʌn][tiː] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt]

1	t	vanilla	extract
1	t	香草	提炼

1茶匙香草精

[pleɪs] [ɔːl] [ɪn'griːdiənts] [ɪk'sept] [və'nɪlə] ['ekstrækt; ɪk'strækt][ɪn][ə; eɪ] ['dʌb(ə)l] ['bɔɪlə(r)] ; [mɪks] [wel] .

Place	all	ingredients	except	vanilla	extract	in	a	double	boiler	;	mix	well	.
地方	全部	原料	除了	香草	提炼	在	一个	双倍的	锅炉	;	混合	出色地	.

将除香草精以外的所有材料放入双层蒸锅中；搅拌均匀。

[kʊk] ['əʊvə(r)] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] , ['biːtɪŋ] [wɪð] ['biːtə(r)] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃə(r)][həʊldz] [piːks] , [ə'baʊt][θriː] ['mɪnɪts] .

Cook	over	boiling	water	,	beating	with	beater	until	mixture	holds	peaks	,	about	3	minutes	.
厨师	超过	沸腾	水	,	殴打	和	击打者	直到	混合物	持有	高峰	,	关于	3	分钟	.

隔水加热，用打蛋器搅拌至混合物形成尖峰，约 3 分钟。

[rɪ'muːv] [frɒm; frəm] [hiːt] , [ˌeɪ diː 'diː] [və'nɪlə] [ænd; ənd] [biːt] [ʌn'tɪl] [ɒv; əv] ['spredɪŋ] [kən'sɪstənsi] ([nɒt] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] ['nesəsəri]) .

Remove	from	heat	,	add	vanilla	and	beat	until	of	spreading	consistency	(	not	usually	necessary	)	.
消除	从	热	,	添加	香草	和	打	直到	的	传播	一致性	(	不是	通常	必要的	)	.

从火上移开，加入香草精，搅拌至可涂抹的稠度（通常不需要这样做）。

[nəʊt] : [ɪf] ['veri] [dɑːk] [braʊn] ['ʃʊgə(r)][ɪz] [juːst] ,

note	:	If	very	dark	brown	sugar	is	used	,
笔记	:	如果	非常	黑暗的	棕色的	糖	是	用过的	,

注：如果使用颜色非常深的红糖，

[ə'mɪt][ðə; ði] [və'nɪlə] [sɪns] [ðə; ði] ['frɒstɪŋ] [wɪl] [hæv; həv][ə; eɪ]['kærəmel] [teɪst] .

omit	the	vanilla	since	the	frosting	will	have	a	caramel	taste	.
忽略	这	香草	自从	这	糖霜	将要	有	一个	焦糖	品尝	.

省略香草精，因为糖霜会有焦糖味。

[juːz][ðə; ði] [və'nɪlə] [wɪð] ['jeləʊ] ['ʃʊgə(r)] .

Use	the	vanilla	with	yellow	sugar	.
使用	这	香草	和	黄色的	糖	.

将香草精与黄糖混合使用。

[ɪ'kɒnəmi] [spʌndʒ] [keɪk]

ECONOMY	SPONGE	CAKE
经济	海绵	蛋糕

经济型海绵蛋糕

[sɪks] [eg] [jəʊk]
6 **egg** **yolks**
6 蛋 蛋黄

6个蛋黄

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgə(r)]
1 **cup** **sugar**
1 杯子 糖

杯糖

½ [siː] [hɒt] ['wɔːtə(r)]
½ **C** **hot** **water**
½ C 热的 水

半杯热水

1½ [siː] [keɪk] ['flaʊə(r)] ['sɪftɪd] [fɔːr] [taɪmz] ([wʌns] [bɪ'fɔː(r)] ['meʒərɪŋ])
1½ **C** **cake** **flour** **sifted** **4** **times** **(** **once** **before** **measuring** **)**
1½ C 蛋糕 面粉 筛过的 4 时代 (一次 前 测量)

1.5 杯蛋糕粉，过筛 4 次（量取前过筛一次）

[ˌtuː'tuː] [tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .
2 **t** **baking** **pdr** **.**
2 t 烘烤 血浆置换 .

2 吨烘焙粉。

½ [tiː] [sɔːlt]
½ **t** **salt**
½ t 盐

½ 茶匙盐

[wʌn] [tiː] ['lemən] ['ekstrækt; ɪk'strækt]
1 **t** **lemon** **extract**
1 t 柠檬 提炼

1茶匙柠檬提取物

['nʌtmeg] [ɪf] [dɪ'zaɪəd]
nutmeg **if** **desired**
肉豆蔻 如果 想要的

如果需要，可以加肉豆蔻。

[biːt] [eg] [jəʊk] [ʌn'tɪl] ['lemən] ['kʌləd] .
Beat **egg** **yolks** **until** **lemon** **colored** **.**
打 蛋 蛋黄 直到 柠檬 有色 .

将蛋黄打至柠檬色。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʃʊgə(r)] , [hɒt] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [stɜː(r)] [ʌn'tɪl] ['ʃʊgə(r)] [dɪ'zɒlvd] .
Add **sugar** **,** **hot** **water** **and** **stir** **until** **sugar** **dissolved** **.**
添加 糖 , 热的 水 和 搅拌 直到 糖 溶解 .

加入糖和热水，搅拌至糖溶解。

[sɪft] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['ɪntuː] [eg] ['mɪkstʃə(r)] , ['biːtɪŋ] ['kɒnstəntli] .
Sift **dry** **ingredients** **into** **egg** **mixture** **,** **beating** **constantly** **.**
筛 干燥 原料 进入 蛋 混合物 , 殴打 不断地 .

将干粉筛入蛋液中，不断搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː] ['fleɪvərɪŋ] , [ænd; ənd] [biːt] [faɪv] ['hʌndrəd] [taɪmz] ([ˌtuː'tuː] [ɔː(r)] [θriː] ['mɪnɪts] [ɒn] ['mɪksə(r)]) .
Add **flavoring** **,** **and** **beat** **five** **hundred** **times** **(** **2** **or** **3** **minutes** **on** **mixer** **)** **.**
添加 调味 , 和 打 五 百 时代 (2 或者 3 分钟 在 混合器) .

加入调味料，搅拌五百次（用搅拌机搅拌 2 或 3 分钟）。

[beɪk] [ɪn] ['tʃɪmni] [pæn][æt; ət] 325° - 350° [fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] [ɔː(r)][lɒŋgə(r)] [ʌn'tɪl] ['testə(r)] ['kɒmz]
Bake **in** **chimney** **pan** **at** **325°** **-** **350°** **for** **45** **minutes** **or** **longer** **until** **tester** **comes**
烤 在 烟囱 平底锅 在 325° - 350° 为了 - 分钟 或者 更长 直到 测试员 来
[aʊt] [kliːn] .
out **clean** **.**
出去 干净的 .

在烟囱盘中以 325°-350° 的温度烘烤 45 分钟或更长时间，直到牙签取出时干净为止。

[ɪn'vɜːt] [ɒn] ['tʃɪmni] [tuː; tə] [kuːl] .
Invert **on** **chimney** **to** **cool** **.**
倒置 在 烟囱 到 凉爽的 .

倒扣在烟囱上冷却。

[kʌt] [æz; əz]['eɪndʒl] [fuːd] .
Cut **as** **Angel** **food** **.**
切 作为 天使 食物 .

切成天使蛋糕大小。

[wɪpt] [kriːm] ['frɒstɪŋ]
WHIPPED **CREAM** **FROSTING**
鞭打 奶油 糖霜

鲜奶油糖霜

[wʌn][siː] ['wɪpɪŋ] [kriːm]
1 **C** **whipping** **cream**
1 C 鞭打 奶油

杯鲜奶油

[ˌtuː'tuː][tiː] ['paʊdəd] ['kɒfi]
2 **t** **powdered** **coffee**
2 t 粉末状 咖啡

2茶匙咖啡粉

[fɔːr][tiː] ['paʊdəd] ['ʃʊgə(r)]
4 **T** **powdered** **sugar**
4 T 粉末状 糖

4汤匙糖粉

½ [tiː] [və'nɪlə] ['fleɪvərɪŋ]
½ **t** **vanilla** **flavoring**
½ t 香草 调味

½茶匙香草香精

[ɔː(r)]
or
或者

或者

½ [tiː] [rʌm] ['fleɪvərɪŋ]
½ **t** **rum** **flavoring**
½ t 朗姆酒 调味

½ 茶匙朗姆酒香精

[ɔː(r)]
or
或者

或者

¼ [tiː]['ɑːmənd] ['fleɪvərɪŋ]
¼ **t** **almond** **flavoring**
¼ t 杏仁 调味

¼茶匙杏仁香精

[fɔːr][tiː]['kəʊkəʊ]
4 **T** **cocoa**
4 T 可可

4汤匙可可粉

[dæʃ] [sɔːlt]
dash **salt**
短跑 盐

撒点盐

[mɪks] [kriːm] [wɪð] ['kɒfi] [ɔː(r)]['kəʊkəʊ][ɔː(r)][bəuθ] .
Mix **cream** **with** **coffee** **or** **cocoa** **or** **both** **.**
混合 奶油 和 咖啡 或者 可可 或者 两个都 .

将奶油与咖啡或可可粉或两者都混合。

[ˌeɪ diː 'diː]['ʃʊgə(r)] , [wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] [f'leɪvərɪŋz] [ænd; ənd][sɔːlt] .
Add **sugar** **,** **one** **of** **the** **flavorings** **and** **salt** **.**
添加 糖 , 一 的 这 调味料 和 盐 .

加入糖、一种调味料和盐。

[biːt] [ʌn'tɪl] [stɪf] [ænd; ənd][juːz][tuː; tə] [frɒst] ['eni] [kaɪnd][ɒv; əv] ['tʃɒklət] , [waɪt] , ['jeləʊ] ,
Beat **until** **stiff** **and** **use** **to** **frost** **any** **kind** **of** **chocolate** **,** **white** **,** **yellow** **,**
打 直到 僵硬的 和 使用 到 霜 任何 种类 的 巧克力 , 白色的 , 黄色的 ,

打发至硬性发泡，可用于装饰任何种类的巧克力，例如白巧克力、黄巧克力等。

['ʃɪfɒn] [ɔː(r)] [spʌndʒ] [taɪp] [keɪk] .
chiffon **or** **sponge** **type** **cake** **.**
薄纱 或者 海绵 类型 蛋糕 .

戚风蛋糕或海绵蛋糕。

[duː; də][nɒt][juːz] [wɪð] [fruːt] ['fleɪvəd] [keɪks] .
Do **not** **use** **with** **fruit** **flavored** **cakes** **.**
做 不是 使用 和 水果 调味 蛋糕 .

请勿与水果味蛋糕一起使用。

[nəʊt] : [ðə; ði] ['kɒfi] & ['kəʊkəʊ] [meɪks] [ə; eɪ] ['mɒkə] ['fleɪvəd] ['frɒstɪŋ] .
note **:** **The** **coffee** **&** **cocoa** **makes** **a** **mocha** **flavored** **frosting** **.**
笔记 : 这 咖啡 & 可可 制作 一个 摩卡 调味 糖霜 .

注：咖啡和可可粉可以制成摩卡口味的糖霜。

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['veri] [stɪf] ['mɪkstʃə(r)][ænd; ənd] [meɪ] [biː; bi] [θɪnd] [wɪð] [laɪt] [kriːm] [tuː; tə] [meɪk]
This **is** **a** **very** **stiff** **mixture** **and** **may** **be** **thinned** **with** **light** **cream** **to** **make**
这 是 一个 非常 僵硬的 混合物 和 可能 是 变薄 和 光 奶油 到 制作
['spredɪŋ] ['iːzɪə] .
spreading **easier** **.**
传播 更轻松 .

这种混合物非常稠，可以用淡奶油稀释，使其更容易涂抹。

[ðə; ði] ['kɒfi] [ə'ləʊn] , [wɪ'ðaʊt] ['kəʊkəʊ] [juːst] [ɒn] ['dɛvəlz] [fuːd] [keɪk] [ɪz] [ɪ'speʃəli] [gʊd] .
The **coffee** **alone** **,** **without** **cocoa** **used** **on** **devil's** **food** **cake** **is** **especially** **good** **.**
这 咖啡 独自的 , 没有 可可 用过的 在 魔鬼的 食物 蛋糕 是 尤其 好的 .

单喝咖啡，不加可可粉做成魔鬼蛋糕，味道就特别好。

[ðə; ði]['kəʊkəʊ] , [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði] ['kɒfi] , [meɪks] [ə; eɪ] ['laɪtli] ['fleɪvəd] ['tʃɒklət] ['frɒstɪŋ] .
The **cocoa** **,** **without** **the** **coffee** **,** **makes** **a** **lightly** **flavored** **chocolate** **frosting** **.**
这 可可 , 没有 这 咖啡 , 制作 一个 轻轻 调味 巧克力 糖霜 .

不含咖啡的可可粉可以制成味道清淡的巧克力糖霜。

['pɪkld] ['wɔːtəmelən] [raɪnd]
PICKLED **WATERMELON** **RIND**
腌制 西瓜 果皮

腌西瓜皮

['sɛvən]['ɛl'biː'ɛs] .

7	lbs	.
7	磅	.

7磅

[raɪnd] ([skɪnd])

rind	(	skinned	)
果皮	(	去皮	)

果皮（去皮的）

3½ ['el biː] . [græn] . ['ʃʊgə(r)]

3½	lb	.	gran	.	sugar
3½	磅	.	奶奶	.	糖

3.5磅砂糖

[wʌn][ˌpiː 'tiː] .

1	pt	.
1	pt	.

分

[waɪt] ['vɪnɪgə(r)]

white	vinegar
白色的	醋

白醋

½ [tiː][ɔɪl][ɒv; əv][kləʊvz]

½	t	oil	of	cloves
½	t	油	的	丁香

½ 茶匙丁香油

½ [tiː][ɔɪl][ɒv; əv] ['sɪnəmən]

½	t	oil	of	cinnamon
½	t	油	的	肉桂

½茶匙肉桂油

[wɒʃ] [raɪnd] , [ænd; ənd][kʌt]['ɪntuː][dɪ'zaɪəd][saɪz] , [wʌn] " ×1 " , [ɔː(r)] ['ɒblɒŋ] .

Wash	rind	,	and	cut	into	desired	size	,	1	"	×1	"	,	or	oblong	.
洗	果皮	,	和	切	进入	想要的	尺寸	,	1	"	×1	"	,	或者	长方形	.

洗净果皮，切成所需大小，1英寸×1英寸，或长方形。

['kʌvə(r)][raɪnd] [wɪð] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .

Cover	rind	with	boiling	water	.
覆盖	果皮	和	沸腾	水	.

用沸水浸没果皮。

['pɑːbɔɪl][ɪn] [ðɪs] ['wɔːtə(r)][ʌn'tɪl][ðə; ði][raɪnd][kæn; kən][biː; bi] [pɪəst] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔːk] , [bʌt; bət][nɒt] [tuː]

Parboil	in	this	water	until	the	rind	can	be	pierced	with	a	fork	,	but	not	too
胨	在	这	水	直到	这	果皮	能	是	穿孔	和	一个	叉	,	但	不是	也

[sɒft] .

soft	.
柔软的	.

将苹果放入沸水中焯烫至果皮可以用叉子戳穿，但不要煮得太软。

[brɪŋ] ['sɪrəp] , [meɪd] [ɒv; əv] [rɪ'meɪnɪŋ] [ɪn'griːdiənts] , [tuː; tə][bɔɪl] .

Bring	sirup	,	made	of	remaining	ingredients	,	to	boil	.
带来	糖浆	,	制成	的	其余的	原料	,	到	熬	.

将剩余的原料熬成的糖浆煮沸。

[pɔː(r)]['əʊvə(r)] [dreɪnd] [raɪnd] .

Pour	over	drained	rind	.
倒	超过	排水	果皮	.

将汁液浇在沥干的果皮上。

['kʌvə(r)] ['taɪtli] [ænd; ənd] [pʊt] [ɪn] [kuːl] [pleɪs] [ˌəʊvə'naɪt] .

Cover	**tightly**	**and**	**put**	**in**	**cool**	**place**	**overnight**	**.**
覆盖	紧紧	和	放	在	凉爽的	地方	过夜	.

盖紧，放在阴凉处过夜。

[ɪn] [ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] [dreɪn] [ɒf] ['sɪrəp] , [bɔɪl] [fɔː(r); fə(r)] [fjuː] ['mɪnɪts] [ænd; ənd] [pɔː(r)] ['əʊvə(r)] [raɪnd] [ə'gen]

In	**the**	**morning**	**drain**	**off**	**sirup**	**,**	**boil**	**for**	**few**	**minutes**	**and**	**pour**	**over**	**rind**	**again**
在	这	早晨	流走	离开	糖浆	,	熬	为了	很少	分钟	和	倒	超过	果皮	再次

.

:

.

早上将糖浆沥干，煮沸几分钟，再浇在果皮上。

[duː; də] [ðə; ði] [seɪm] [θɪŋ] [ðə; ði] [nekst] ['mɔːnɪŋ] .

Do	**the**	**same**	**thing**	**the**	**next**	**morning**	**.**
做	这	相同的	事物	这	下一个	早晨	.

第二天早上重复同样的步骤。

[ɒn] 3rd ['mɔːnɪŋ] [hiːt] [raɪnd] [ɪn] ['sɪrəp] ['sləʊli] [ʌn'tɪl] ['bɔɪlɪŋ] .

On	**3rd**	**morning**	**heat**	**rind**	**in**	**sirup**	**slowly**	**until**	**boiling**	**.**
在	3rd	早晨	热	果皮	在	糖浆	缓慢地	直到	沸腾	.

第三天早上，将果皮放入糖浆中慢慢加热至沸腾。

[fɪl] ['sterəlaɪzd] [dʒ'ɑːz] , ['kʌvə(r)] [wɪð] [wæks] [ænd; ənd] [siːl] .

Fill	**sterilized**	**jars**	**,**	**cover**	**with**	**wax**	**and**	**seal**	**.**
充满	已灭菌	罐子	,	覆盖	和	蜡	和	海豹	.

将消毒过的罐子装满，用蜡封口。

[tʃiːz] [strɔːz]

CHEESE	**STRAWS**
奶酪	吸管

奶酪条

[ˌtuː'tuː] [siː] ['flaʊə(r)]

2	**C**	**flour**
2	C	面粉

杯面粉

¼ [tiː] [sɔːlt]

¼	**t**	**salt**
¼	t	盐

¼ 茶匙盐

½ [siː] ['ʃɔːtnɪŋ]

½	**C**	**shortening**
½	C	缩短

½ 杯起酥油

1½ [siː] ['greɪtɪd] [tʃiːz]

1½	**C**	**grated**	**cheese**
1½	C	磨碎的	奶酪

1.5 杯磨碎的奶酪

[ˌtuː'tuː] [tiː] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs]

2	**t**	**Worcestershire**	**sauce**
2	t	伍斯特郡	酱

2茶匙伍斯特沙司

[keɪ'en] ['pepə(r)]

cayenne	**pepper**
辣椒	胡椒

辣椒

[sɪft] ['flaʊə(r)][ænd; ənd][sɔːlt] .

Sift	flour	and	salt	.
筛	面粉	和	盐	.

将面粉和盐过筛。

[kʌt] [ɪn] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd]['greɪtɪd] [tʃiːz] .

Cut	in	shortening	and	grated	cheese	.
切	在	缩短	和	磨碎的	奶酪	.

拌入起酥油和磨碎的奶酪。

[mɪks] [wɪð] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] [ʌn'tɪl] ['blendɪd] .

Mix	with	Worcestershire	sauce	until	blended	.
混合	和	伍斯特郡	酱	直到	混合	.

加入伍斯特沙司搅拌均匀。

[pres] ['ɪntuː][ə; eɪ][bɔːl][ænd; ənd][rəʊl][ɒn] ['flaʊəd] [bɔːd] [tuː; tə] ¼ [ɪntʃ] ['θɪknəs] .

Press	into	a	ball	and	roll	on	floured	board	to	¼	inch	thickness	.
按	进入	一个	球	和	卷	在	撒了面粉	木板	到	¼	英寸	厚度	.

揉成球状，在撒了面粉的案板上擀成 ¼ 英寸厚。

[kʌt] [ɪn] [strɪps] [ə'baʊt] ½ [ɪntʃ] [waɪd] .

Cut	in	strips	about	½	inch	wide	.
切	在	条状物	关于	½	英寸	宽的	.

切成约 1/2 英寸宽的条状。

[beɪk] [ɪn][hɒt]['ʌv(ə)n][eit] - - ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl]['gəʊldən] [braʊn] .

Bake	in	hot	oven	8	-	10	minutes	until	golden	brown	.
烤	在	热的	烤箱	8	-	-	分钟	直到	金的	棕色的	.

放入预热好的烤箱烘烤8-10分钟，直至呈金黄色。

['sprɪŋk(ə)l] ['veri] ['laɪtli] [wɪð] [keɪ'en] ['pepə(r)] [ɪf] [dɪ'zaɪəd] .

Sprinkle	very	lightly	with	cayenne	pepper	if	desired	.
撒	非常	轻轻	和	辣椒	胡椒	如果	想要的	.

如果需要，可以轻轻撒上一些辣椒粉。

[klæm] [dɪp] [fɔː(r); fə(r)][pə'teɪtəʊ] [tʃɪps]

CLAM	DIP	FOR	POTATO	CHIPS
蛤	蘸	为了	土豆	芯片

蛤蜊蘸薯片

[wʌn] [kləʊv] ['gɑːlɪk]

1	clove	garlic
1	丁香	蒜

1瓣大蒜

[sɪks][ˌəʊ 'zed] .

6	oz	.
6	盎司	.

6盎司

[kriːm] [tʃiːz]

cream	cheese
奶油	奶酪

奶油奶酪

[wʌn][tiː] ['wʊstəʃə(r)] [sɔːs] ([ɒp])

1	t	Worcestershire	sauce	(	op	)
1	t	伍斯特郡	酱	(	操作	)

茶匙伍斯特沙司（op）

[wʌn][tiː] ['lemən] [dʒuːs]

1	t	lemon	juice
1	t	柠檬	汁

1茶匙柠檬汁

½ [tiː][sɔːlt]
½ t salt
½ t 盐

½ 茶匙盐

½ [siː] [mɪnst] [klæmz]
½ C minced clams
½ C 剁碎 蛤蜊

½ 杯蛤蜊碎

[wʌn][tiː][klæm][dʒuːs]
1 T clam juice
1 T 蛤 汁

1汤匙蛤蜊汁

[rʌb] [bəʊl] [wɪð] ['gɑːlɪk] .
Rub bowl with garlic .
擦 碗 和 蒜 .

用蒜瓣擦拭碗。

[blend] [tʃiːz] [wɪð] ['siːzniŋz] .
Blend cheese with seasonings .
混合 奶酪 和 调味料 .

将奶酪与调味料混合。

[ˌeɪ diː 'diː] [dreɪnd] [klæmz][ænd; ənd][dʒuːs] .
Add drained clams and juices .
添加 排水 蛤蜊 和 果汁 .

加入沥干水分的蛤蜊和汁水。

[tʃɪl] .
Chill .
寒意 .

寒意。

[ɔːl] ['pɜːpəs] ['peɪstri]
ALL PURPOSE PASTRY
全部 目的 糕点

万能酥皮

[θriː][siː]['flaʊə(r)]
3 C flour
3 C 面粉

杯面粉

[wʌn][siː]['vedʒtəb(ə)l] ['ʃɔːtnɪŋ] ([nɒt] [ˌmɑːdʒə'riːn])
1 C vegetable shortening (not margarine)
1 C 蔬菜 缩短 (不是 人造黄油)

杯植物起酥油（不是人造黄油）

[ˌtuː'tuː][tiː]['ʃʊgə(r)]
2 T sugar
2 T 糖

2汤匙糖

[wʌn][tiː][sɔːlt]
1 t salt
1 t 盐

1茶匙盐

½ - ¾ [siː][aɪs]['wɔːtə(r)]
½ - ¾ C ice water
½ - ¾ C 冰 水

½-¾ 杯冰水

[kʌt] ['ʃɔːtnɪŋ] ['ɪntuː] ['sɪftɪd] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Cut	shortening	into	sifted	dry	ingredients	.
切	缩短	进入	筛过的	干燥	原料	.

将起酥油切入过筛后的干料中。

[ˌeɪ diː 'diː][aɪs]['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [wɜːk] ['kwɪkli] ['ɪntuː][ə; eɪ][bɔːl][ɒv; əv] [dəʊ] .

Add	ice	water	and	work	quickly	into	a	ball	of	dough	.
添加	冰	水	和	工作	迅速地	进入	一个	球	的	面团	.

加入冰水，快速揉成面团。

[ræp] [ɪn][wæks]['peɪpə(r)][ænd; ənd] ['taʊəl] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)] .

Wrap	in	wax	paper	and	towel	and	place	in	refrigerator	.
裹	在	蜡	纸	和	毛巾	和	地方	在	冰箱	.

用蜡纸和毛巾包好，放入冰箱。

[juːz][æz; əz] ['niːdɪd] .

Use	as	needed	.
使用	作为	需要	.

按需使用。

[kiːps] [ɪn'defɪnətli] .

Keeps	indefinitely	.
保持	无限期	.

无限期保存。

[kæn; kən][biː; bi] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] [fɪld] [miːt] ['pætiz] , [fruːt] [hɔːnz] , [paɪz][ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] .

Can	be	used	for	filled	meat	patties	,	fruit	horns	,	pies	etc	.
能	是	用过的	为了	已填	肉	肉饼	,	水果	角	,	馅饼	ETC	.

可用于制作肉馅饼、水果角、馅饼等。

['wɔfəlz]

WAFFLES
华夫饼

华夫饼

[wʌn][siː]['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

[θriː][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

3	t	baking	pdr	.
3	t	烘烤	血浆置换	.

3吨烘焙粉。

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

[θriː] [egz] ['sepəreɪtɪd]

3	eggs	separated
3	鸡蛋	分开

3个鸡蛋已分离

1¼ [siː][mɪlk]

1¼	C	milk
1¼	C	牛奶

1¼ 杯牛奶

¼ [siː] ['meltɪd] ['ʃɔːtnɪŋ]

¼	C	melted	shortening
¼	C	融化	缩短

¼ 杯融化的起酥油

[wʌn][siː] ['kɔːnmiːl]
1 **C** **cornmeal**
1 C 玉米粉

杯玉米粉

[mɪks][ænd; ənd][sɪft][draɪ] [ɪn'griːdiənts] .
Mix **and** **sift** **dry** **ingredients** **.**
混合 和 筛 干燥 原料 .

将干性材料混合并过筛。

[kəm'baɪn] [wel] - ['biːt(ə)n] [eg] [jəʊk] [ænd; ənd][mɪlk] .
Combine **well** **-** **beaten** **egg** **yolks** **and** **milk** **.**
结合 出色地 - 被打败 蛋 蛋黄 和 牛奶 .

将打散的蛋黄和牛奶混合。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə]['flaʊə(r)]['mɪkstʃə(r)] , ['biːtɪŋ] [ʌn'tɪl] [smuːð] .
Add **to** **flour** **mixture** **,** **beating** **until** **smooth** **.**
添加 到 面粉 混合物 , 殴打 直到 光滑的 .

加入面粉混合物中，搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʃɔːtnɪŋ] [ænd; ənd][fəʊld][ɪn] ['stɪfli] ['biːt(ə)n] [eg] ['waɪts] .
Add **shortening** **and** **fold** **in** **stiffly** **beaten** **egg** **whites** **.**
添加 缩短 和 折叠 在 僵硬地 被打败 蛋 白人 .

加入起酥油，然后拌入打发至硬性发泡的蛋白。

[beɪk] [ɪn][hɒt] ['wɒfl] ['aɪən] .
Bake **in** **hot** **waffle** **iron** **.**
烤 在 热的 胡扯 铁 .

用热华夫饼机烘烤。

[jiːld] — [sɪks] ['wɔfəlz]
Yield **—** **6** **waffles**
屈服 — 6 华夫饼

产量——6个华夫饼

[hʌʃ] ['pʌpiz]
HUSH **PUPPIES**
嘘 小狗

哈士奇

½ [siː] [kɔːn] [miːl]
½ **C** **corn** **meal**
½ C 玉米 一顿饭

半杯玉米粉

¼ [siː]['flaʊə(r)]
¼ **C** **flour**
¼ C 面粉

¼ 杯面粉

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .
1 **t** **baking** **pdr** **.**
1 t 烘烤 血浆置换 .

吨烘焙粉。

[sɔːlt]
salt
盐

盐

[wʌn][tiː] ['ʃɔːtnɪŋ] ([vedʒ])
1 **T** **shortening** **(** **veg** **)**
1 T 缩短 (蔬菜)

汤匙植物起酥油

[wʌn] [eg]

1	egg
1	蛋

1个鸡蛋

[mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [dəʊ]

milk	to	make	dough
牛奶	到	制作	面团

用牛奶揉面团

[mɪks] [ɪnˈgriːdiənts] [ænd; ənd] [fɔːm] [ˈɪntuː] [bɔːlz] .

Mix	ingredients	and	form	into	balls	.
混合	原料	和	形式	进入	球	.

将所有材料混合，揉成球状。

[braʊn] [ɪn] [diːp] [fæt] .

Brown	in	deep	fat	.
棕色的	在	深的	胖的	.

深棕色，呈深层脂肪状。

['bʌtəmɪlk]	['pænkeɪks]
BUTTERMILK	PANCAKES
酪乳	煎饼

酪乳煎饼

[wʌn] [eg] , ['biːt(ə)n]

1	egg	,	beaten
1	蛋	,	被打败

1个鸡蛋，打散

[wʌn][siː] ['bʌtəmɪlk]

1	C	buttermilk
1	C	酪乳

杯酪乳

[wʌn][siː]['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

[wʌn][tiː][sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

[θriː][tiː]['ʃʊgə(r)]

3	t	sugar
3	t	糖

3茶匙糖

[wʌn][tiː]['səʊdə] [dɪ'zɒlvd] [ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][hɒt]['wɔːtə(r)]

1	t	soda	dissolved	in	a	little	hot	water
1	t	苏打	溶解	在	一个	小的	热的	水

1茶匙小苏打溶于少量热水中

[wʌn][tiː]['bʌtə(r)] ['meltɪd]

1	T	butter	melted
1	T	黄油	融化

汤匙融化的黄油

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

1	t	baking	pdr	.
1	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ɪnˈgriːdiənts] [ɪn][ˈɔːdə(r)][ˈgɪv(ə)n] , [ˈmɪksɪŋ] [wel] [ˈɑːftə(r)] [iːtʃ] [əˈdɪʃ(ə)n] .

Add	ingredients	in	order	given	,	mixing	well	after	each	addition	.
添加	原料	在	命令	给定	,	混合	出色地	后	每个	添加	.

按顺序加入配料，每次加入后都要充分搅拌。

[beɪk] [ɒn][hɒt] , [ˈlaɪtli] [griːzd] [ˈgrɪdl] .

Bake	on	hot	,	lightly	greased	griddle	.
烤	在	热的	,	轻轻	涂油	烤盘	.

在涂抹了少许油的热煎锅上烘烤。

- ([ɪˈtæliən] [bred])

BUCCELLATE	(	Italian	Bread	)
-	(	意大利语	面包	)

布切拉特（意大利面包）

¼ [ˈel biː] .

¼	lb	.
¼	磅	.

¼磅

[ˈbʌtə(r)]

butter
黄油

黄油

1½ [siː][ˈʃʊgə(r)]

1½	C	sugar
1½	C	糖

1.5 杯糖

[ˌtuːˈtuː] [egz] [ˈsepəreɪtɪd]

2	eggs	separated
2	鸡蛋	分开

两个鸡蛋已分开

2½ [tiː] [ˈbeɪkɪŋ] [ˌpiːˈdiːˈɑːr] .

2½	t	baking	pdr	.
2½	t	烘烤	血浆置换	.

2½ 吨烘焙粉

[wʌn][siː][mɪlk]

1	C	milk
1	C	牛奶

杯牛奶

3½ [siː][ˈflaʊə(r)]

3½	C	flour
3½	C	面粉

3.5 杯面粉

[wʌn][ˈhændfʊl] [ˈænɪs] [siːd]

1	handful	anise	seed
1	少数	八角	种子

一把茴香籽

[wʌn][tiː] [vəˈnɪlə] [ˈekstrækt; ɪkˈstrækt]

1	t	vanilla	extract
1	t	香草	提炼

1茶匙香草精

[kriːm] [ˈbʌtə(r)][ænd; ənd][ˈʃʊgə(r)] .

Cream	butter	and	sugar	.
奶油	黄油	和	糖	.

搅打黄油和糖。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [eg] [jəʊk] [ænd; ənd] [biːt] [wel] .

Add	egg	yolks	and	beat	well	.
添加	蛋	蛋黄	和	打	出色地	.

加入蛋黄并搅拌均匀。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [mɪlk] [ænd; ənd] [biːt] [wel] .

Add	milk	and	beat	well	.
添加	牛奶	和	打	出色地	.

加入牛奶，搅拌均匀。

[mɪks] [ɪn] [draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] .

Mix	in	dry	ingredients	.
混合	在	干燥	原料	.

加入干性材料。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈstɪfli] [ˈbiːt(ə)n] [eg] [ˈwaɪts] [ænd; ənd] [biːt] [wel] .

Add	stiffly	beaten	egg	whites	and	beat	well	.
添加	僵硬地	被打败	蛋	白人	和	打	出色地	.

加入打发至硬性发泡的蛋白，搅拌均匀。

[beɪk] [ɪn] [wel] [griːzd] [pæn] [æt; ət] 350° [ʌnˈtɪl] [braʊn] .

Bake	in	well	greased	pan	at	350°	until	brown	.
烤	在	出色地	涂油	平底锅	在	350°	直到	棕色的	.

在涂抹了油脂的烤盘中，以 350° 烘烤至棕色。

[ˈbɜːtʃə(r)] [mjuːz]

BIRCHER	MUES
伯彻	骡子

伯彻缪斯

[fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [ˈsɜːvɪŋ]

for	each	serving
为了	每个	服务

每份

[faɪv] [ˈhiːpɪŋ] [ˈtiːspuːn] [kwɪk] - [ˈkʊkɪŋ] [ˈəʊtmiːl] ([rɔː])

5	heaping	teaspoons	quick	-	cooking	oatmeal	(	raw	)
5	堆积	茶匙	快的	-	烹饪	麦片	(	生的	)

满茶匙快熟燕麦片（生的）

[wʌn] [ˈæp(ə)l] , [bəˈnɑːnə] [ɔː(r)] [ˈberiz]

1	apple	,	banana	or	berries
1	苹果	,	香蕉	或者	浆果

1个苹果、香蕉或浆果

[wʌn] [tiː] [ˈlemən] [dʒuːs]

1	T	lemon	juice
1	T	柠檬	汁

汤匙柠檬汁

[wʌn] [tiː] [ˈswiːtnd] [kənˈdenst] [mɪlk] ([ɔː(r)] [ˈʃʊgə(r)] & [mɪlk] [ɔː(r)] [ˈhʌni] & [mɪlk])

1	T	sweetened	condensed	milk	(	or	sugar	&	milk	or	honey	&	milk	)
1	T	加糖	浓缩版	牛奶	(	或者	糖	&	牛奶	或者	蜂蜜	&	牛奶	)

汤匙甜炼乳（或糖和牛奶或蜂蜜和牛奶）

[fjuː] [tʃɒpt] [ˈwɔːlnʌt] [miːts]

few	chopped	walnut	meats
很少	切碎	核桃	肉类

少量切碎的核桃仁

[wʌn] [tiː] [wiːt] [dʒɜːm] ([ɒp])

1	t	wheat	germ	(	op	)
1	t	小麦	细菌	(	操作	)

吨小麦胚芽（op）

[ɪn] [iːtʃ] [bəʊl] [pʊt] [ðə; ði] ['əʊtmiːl] , [ænd; ənd] ['kʌvə(r)] [wɪð] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə] ['mɔɪsn] .

In	each	bowl	put	the	oatmeal	,	and	cover	with	water	to	moisten	.
在	每个	碗	放	这	麦片	,	和	覆盖	和	水	到	濡	.

在每个碗里放入燕麦片，加水浸湿。

[ˌeɪ diː 'diː] ['greɪtɪd] ['æp(ə)l] , ['θɪnli] [slaɪst] [bə'nɑːnə] , [freʃ] ['beriz] [ɔː(r)] [ə; eɪ] [ˌkɒmbɪ'neɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðiːz]

Add	grated	apple	,	thinly	sliced	banana	,	fresh	berries	or	a	combination	of	these
添加	磨碎的	苹果	,	薄薄的	切片	香蕉	,	新鲜的	浆果	或者	一个	组合	的	这些

.

:

.

加入磨碎的苹果、切成薄片的香蕉、新鲜浆果或它们的组合。

[ˌeɪ diː 'diː] [dʒuːs] [ænd; ənd] [mɪlk] ; [nʌts] [ænd; ənd] [wiːt] [dʒɜːm] .

Add	juice	and	milk	;	nuts	and	wheat	germ	.
添加	汁	和	牛奶	;	坚果	和	小麦	细菌	.

加入果汁和牛奶；坚果和麦芽。

[suːp] [bɔːlz] ([naɪdlək])

SOUP	BALLS	(	Kneidlach	)
汤	球	(	克奈德拉克	)

汤球（Kneidlach）

[θriː] [egz]

3	eggs
3	鸡蛋

3个鸡蛋

[wʌn] ['miːdiəm] ['ʌnjən] , [tʃɒpt] [ɔː(r)] ['greɪtɪd]

1	medium	onion	,	chopped	or	grated
1	中等的	洋葱	,	切碎	或者	磨碎的

1个中等大小的洋葱，切碎或磨碎

[wʌn] [tiː] [sɔːlt]

1	t	salt
1	t	盐

1茶匙盐

['mætsəʊ] [ɔː(r)] ['krækə(r)] [miːl]

matzo	or	cracker	meal
玛佐	或者	饼干	一顿饭

犹太薄饼或饼干粉

[fɔːr] [tiː] ['tʃɪkɪn] [fæt] , ['meltɪd]

4	T	chicken	fat	,	melted
4	T	鸡	胖的	,	融化

4汤匙鸡油，融化

[biːt] [egz] [ʌn'tɪl] [laɪt] & ['fəʊmi] .

Beat	eggs	until	light	&	foamy	.
打	鸡蛋	直到	光	&	泡沫状	.

把鸡蛋打至蓬松起泡。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌðə(r)] [ɪn'griːdiənts] .

Add	other	ingredients	.
添加	其他	原料	.

加入其他配料。

[ɪ'nʌf] [miːl] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['ædɪd] [səʊ] [ə; eɪ] [luːs] [dəʊ] [ɪz] [fɔːmd] .

Enough	meal	should	be	added	so	a	loose	dough	is	formed	.
足够的	一顿饭	应该	是	额外	所以	一个	松动的	面团	是	形成	.

加入足够的面粉，揉成松软的面团即可。

[pʊt][ɪn][rɪˈfrɪdʒəreɪtə(r)][tuː; tə] [tʃɪl] .

Put	in	refrigerator	to	chill	.
放	在	冰箱	到	寒意	.

放入冰箱冷藏。

[ðə; ði] [dəʊ] [wɪl] [bɪˈkʌm] [ˈstɪfər] [wen] [kəʊld] .

The	dough	will	become	stiffer	when	cold	.
这	面团	将要	变得	更硬	什么时候	寒冷的	.

面团冷却后会变硬。

[fɔːm] [ˈɪntuː] [bɔːlz] [ðə; ði] [saɪz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [ˈwɔːlnʌt] [ænd; ənd] [drɒp] [ˈɪntuː] [ˈbɔɪlɪŋ] [ˈtʃɪkɪn] [suːp] .

Form	into	balls	the	size	of	a	walnut	and	drop	into	boiling	chicken	soup	.
形式	进入	球	这	尺寸	的	一个	核桃	和	降低	进入	沸腾	鸡	汤	.

将面团搓成核桃大小的球状，放入沸腾的鸡汤中。

[ˈkʌvə(r)][ænd; ənd][let] [kʊk] - [ˈmɪnɪts] .

Cover	and	let	cook	15	minutes	.
覆盖	和	让	厨师	-	分钟	.

盖上盖子煮15分钟。

[sɜːv] [wɪð] [suːp] [ɔː(r)][æz; əz][ə; eɪ] [miːt] [ˈgɑːnɪʃ] .

Serve	with	soup	or	as	a	meat	garnish	.
服务	和	汤	或者	作为	一个	肉	装饰	.

可与汤一起食用，或作为肉类配菜。

[ˈbʌkwiːt]	[knɪʃ]	(	[ˈdʌmplɪŋz]	)
BUCKWHEAT	KNISHES	(	Dumplings	)
荞麦	犹太饺子	(	饺子	)

荞麦饼（饺子）

½ [ˈel biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[ˈbʌkwiːt]	[grəʊts]	(	[ˈmiːdiəm]	[graɪnd]	)
buckwheat	groats	(	medium	grind	)
荞麦	粗粒小麦	(	中等的	研磨	)

荞麦粒（中等研磨度）

[fɔːr] [egz]

4	eggs
4	鸡蛋

4个鸡蛋

[θriː][siː][ˈflaʊə(r)]

3	C	flour
3	C	面粉

杯面粉

[ˌtuːˈtuː][tiː][ˈbʌtə(r)]

2	T	butter
2	T	黄油

2汤匙黄油

½ [ˈel biː] .

½	lb	.
½	磅	.

½磅

[pəˈteɪtəʊz] , [bɔɪld]

potatoes	,	boiled
土豆	,	煮沸

煮土豆

[θriː] ['ʌnjənz] , [tʃɒpt]
3 **onions** **,** **chopped**
3 洋葱 , 切碎

3个洋葱，切碎

[ˌtuː'tuː][tiː][sɔːlt]
2 **t** **salt**
2 t 盐

2茶匙盐

[sɪks][siː] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)]
6 **C** **boiling** **water**
6 C 沸腾 水

6摄氏度沸水

[nəʊt] :
note **:**
笔记 :

笔记:

[ðə; ði]['resəpi][fɔː(r); fə(r)] ['fɪlɪŋ] [kæn; kən][biː; bi] [juːst] [æz; əz][ə; eɪ] [beɪs] [fɔː(r); fə(r)]['greɪvi][tuː; tə][biː; bi]
The **recipe** **for** **filling** **can** **be** **used** **as** **a** **base** **for** **gravy** **to** **be**
这 食谱 为了 填充 能 是 用过的 作为 一个 根据 为了 肉汁 到 是
[sɜːvd] [wɪð] [miːt] .
served **with** **meat** **.**
服务 和 肉 .

馅料的配方可以作为肉汁的基底，与肉类一起食用。

(['kɑːʃə])
(Kasha)
(卡莎)

（卡莎）

[ðə; ði] ['stʌfɪŋ] :
The **stuffing** **:**
这 馅 :

馅料:

[mɪks][ðə; ði] ['bʌkwiːt] [wɪð] [wʌn] [eg] [ænd; ənd] [pleɪs] ['ɪntuː][ðə; ði]['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] - [ɔː(r)] -
Mix **the** **buckwheat** **with** **1** **egg** **and** **place** **into** **the** **oven** **for** **10** **or** **15**
混合 这 荞麦 和 1 蛋 和 地方 进入 这 烤箱 为了 - 或者 -
['mɪnɪts] .
minutes **.**
分钟 .

将荞麦与 1 个鸡蛋混合，放入烤箱烤 10 或 15 分钟。

[wen] [ðə; ði] ['bʌkwiːt] [ɪz] [braʊn] [ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ðə; ði] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .
When **the** **buckwheat** **is** **browned** **add** **to** **the** **boiling** **water** **.**
什么时候 这 荞麦 是 棕色 添加 到 这 沸腾 水 .

荞麦煮至棕色后，加入沸水中。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [tiːz] .
Add **1** **teas** **.**
添加 1 茶 .

加1包茶。

[sɔːlt] , [wʌn] ['teɪblspuːn] [ɒv; əv]['bʌtə(r)][ænd; ənd] [ə'laʊ] [tuː; tə][bɔɪl] - ['mɪnɪts] [ɒn] [sləʊ] ['faɪə(r)] .
salt **,** **1** **tablespoon** **of** **butter** **and** **allow** **to** **boil** **30** **minutes** **on** **slow** **fire** **.**
盐 , 1 汤匙 的 黄油 和 允许 到 熬 - 分钟 在 慢的 火 .

加入盐、1汤匙黄油，用小火煮30分钟。

[fraɪ][ðə; ði] ['ʌnjənz] [ænd; ənd][mɪks] [wɪð] [ðə; ði] ['bʌkwiːt] .

Fry	the	onions	and	mix	with	the	buckwheat	.
炒	这	洋葱	和	混合	和	这	荞麦	.

将洋葱炒香，然后与荞麦混合。

[ðə; ði] [dəʊ] : [mæʃ] [ðə; ði][pə'teɪtəʊz] ; [ˌeɪ diː 'diː][θriː] [egz] , [wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

The	dough	:	Mash	the	potatoes	;	add	3	eggs	,	1	teaspoon	salt	.
这	面团	:	捣碎	这	土豆	;	添加	3	鸡蛋	,	1	茶匙	盐	.

面团：将土豆捣成泥；加入 3 个鸡蛋、1 茶匙盐。

[ˌeɪ diː 'diː]['flaʊə(r)][ænd; ənd] [niːd] [ə; eɪ] [θɪn] [dəʊ] .

Add	flour	and	knead	a	thin	dough	.
添加	面粉	和	揉	一个	薄的	面团	.

加入面粉，揉成薄面团。

[kʌt] [ðə; ði] [dəʊ] ['ɪntuː] ['sekʃənz] ; [pleɪs] [sʌm; səm] ['bʌkwiːt] ['mɪkstʃə(r)][ɒn] [iːtʃ] [ænd; ənd][rəʊl]

Cut	the	dough	into	sections	;	place	some	buckwheat	mixture	on	each	and	roll
切	这	面团	进入	部分	;	地方	一些	荞麦	混合物	在	每个	和	卷

['ɪntuː][ə; eɪ] ['dʌmplɪŋ] .

into	a	dumpling	.
进入	一个	饺子	.

将面团切成小块；在每个小块上放一些荞麦馅，然后卷成饺子。

[beɪk] [ɪn] ['bʌtəd] [pæn][ɪn]['ʌv(ə)n][fɔː(r); fə(r)] - ['mɪnɪts] , ['mɒdərət] ['temprətʃə(r)] .

Bake	in	buttered	pan	in	oven	for	35	minutes	,	moderate	temperature	.
烤	在	涂黄油的	平底锅	在	烤箱	为了	-	分钟	,	缓和	温度	.

在涂了黄油的烤盘中，用中温烘烤 35 分钟。

['nevə(r)] [feɪl] [hɒt] [keɪks]

NEVER	FAIL	HOT	CAKES
绝不	失败	热的	蛋糕

永不失败的热蛋糕

[wʌn][siː]['flaʊə(r)]

1	C	flour
1	C	面粉

杯面粉

[wʌn][tiː] ['beɪkɪŋ] [ˌpiː'diː'ɑːr] .

1	t	baking	pdr	.
1	t	烘烤	血浆置换	.

吨烘焙粉。

½ [tiː][sɔːlt]

½	t	salt
½	t	盐

½ 茶匙盐

[wʌn][tiː]['ʃʊgə(r)]

1	T	sugar
1	T	糖

1汤匙糖

[wʌn] [eg] , ['biːt(ə)n]

1	egg	,	beaten
1	蛋	,	被打败

1个鸡蛋，打散

¾ [siː] [mɪlk]

¾	C	milk
¾	C	牛奶

¾ 杯牛奶

[θriː][tiː] ['meltɪd] ['ʃɔːtnɪŋ]
3 T melted shortening
3 T 融化 缩短

汤匙融化的起酥油

[sɪft][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [tə'geðə(r)] .
Sift dry ingredients together .
筛 干燥 原料 一起 .

将干性材料一起过筛。

[kəm'baɪn] [eg] [ænd; ənd][mɪlk][ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː]['grædʒuəli][tuː; tə][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [tuː; tə] [meɪk]
Combine egg and milk and add gradually to dry ingredients to make
结合 蛋 和 牛奶 和 添加 逐步地 到 干燥 原料 到 制作
[smuːð] ['bætə(r)] ([biːt] [wɪð] ['rəʊtəri]['biːtə(r)]) .
smooth batter (beat with rotary beater) .
光滑的 连击 (打 和 旋转 击打者) .

将鸡蛋和牛奶混合，然后逐渐加入干料中，制成光滑的面糊（用旋转搅拌器搅拌）。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʃɔːtnɪŋ] .
Add shortening .
添加 缩短 .

加入起酥油。

[drɒp] ['bætə(r)][ɒn][hɒt] , [griːzd] ['beɪkɪŋ] [ʃiːt] .
Drop batter on hot , greased baking sheet .
降低 连击 在 热的 , 涂油 烘烤 床单 .

将面糊滴在热的、涂了油的烤盘上。

([duː; də][nɒt][ˌɑːr 'iː] - [griːs] [ʃiːt] [bɪ'twiːn] ['beɪkɪŋ]) .
(do not re - grease sheet between bakings) .
(做 不是 关于 - 润滑脂 床单 之间 烘焙) .

（烘烤之间不要重新在烤盘上涂油）。

[meɪks] [ə'baʊt][wʌn]['dʌz(ə)n] .
Makes about one dozen .
制作 关于 一 打 .

大约可以做一打。

[-] [nəʊts] :
Transcriber's notes :
转录员的 笔记 :

转录者注释：

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [ɪz][ə; eɪ][lɪst][ɒv; əv]['tʃeɪndʒɪz] [meɪd] [tuː; tə][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l] .
The following is a list of changes made to the original .
这 下列的 是 一个 列表 的 变化 制成 到 这 原来的 .

以下是对原文件所做的修改列表。

[beɪkt] ['snæpə(r)] ['kjuːbə] :
BAKED SNAPPER CUBA :
烘焙 鲷鱼 古巴 :

古巴烤鲷鱼：

" - " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [sɪrd]
" sexared " changed to " seared
" - " 已更改 到 " 烤

“sexared”改为“seared”

" [lə'zænjə] :
" LASAGNE :
" 千层面 :

千层面：

" ['ɔːgənəʊ] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˌɒrɪˈgɑːnəʊ] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]

"	organo	"	changed	to	"	oregano	"	in	list	of	ingredients
"	有机	"	已更改	到	"	牛至	"	在	列表	的	原料

配料表中的“organo”已改为“oregano”。

[biːf] [ˈpɔːkjupaɪn] :

BEEF	PORCUPINE	:
牛肉	豪猪	:

牛刺猬:

" [ˈhæmbɜːrgər] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˈhæmbɜːgə(r)] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]

"	hamberger	"	changed	to	"	hamburger	"	in	list	of	ingredients
"	汉堡	"	已更改	到	"	汉堡包	"	在	列表	的	原料

配料表中的“hamberger”改为“hamburger”。

[ˈsaʊə(r)] [kriːm] [viːl] [stjuː] :

SOUR	CREAM	VEAL	STEW	:
酸的	奶油	小牛肉	炖	:

酸奶油小牛肉炖菜:

" " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˈbuːjɒn; ˈbuːjõ] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]

"	bouillion	"	changed	to	"	bouillon	"	in	list	of	ingredients
"	肉汤	"	已更改	到	"	肉汤	"	在	列表	的	原料

配料表中的“bouillion”改为“bouillon”。

[hɒt] [slɔː] — [ˈdʒɜːmən] [ˈkæbɪdʒ] :

HOT	SLAW	—	GERMAN	CABBAGE	:
热的	凉拌卷心菜	—	德语	卷心菜	:

热凉拌卷心菜——德国卷心菜:

" [wɑːt] [ˈwɔːtə(r)] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˈwɔːtə(r)]

"	wate	water	"	changed	to	"	water
"	水	水	"	已更改	到	"	水

“water”改为“water

" [ˈsælədz] :

"	SALADS	:
"	沙拉	:

沙拉:

" [maɪld] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [mɪlk]

"	mild	"	changed	to	"	milk
"	温和的	"	已更改	到	"	牛奶

“温和的”改为“牛奶”

" [sɒft] [ˈtʃɒklət] [ˈfrɒstɪŋ] :

"	SOFT	CHOCOLATE	FROSTING	:
"	柔软的	巧克力	糖霜	:

“软巧克力糖霜:

" [mɑːrdʒɚiːn] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˌmɑːdʒəˈriːn] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]

"	margerine	"	changed	to	"	margarine	"	in	list	of	ingredients
"	人造黄油	"	已更改	到	"	人造黄油	"	在	列表	的	原料

配料表中的“margerine”已改为“margarine”。

[ˈreɪndʒə(r)] [ˈkʊkiz] :

RANGER	COOKIES	:
游侠	曲奇饼	:

游骑兵饼干:

" [kriːən] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [kriːm] "

"	Crean	"	changed	to	"	Cream	"
"	克里安	"	已更改	到	"	奶油	"

“Crean”改为“Cream”

" [soʊz] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [saɪz]
" soze " changed to " size
" 索泽 " 已更改 到 " 尺寸

"soze"改为"size"

" ['struːdl] :
" STRUDEL :
" 苹果卷 :

"斯特鲁德尔:

" [raɪzənz] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " ['reɪzɪnz] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪn'griːdiənts]
" raisens " changed to " raisins " in list of ingredients
" 葡萄干 " 已更改 到 " 葡萄干 " 在 列表 的 原料

配料表中的"raisens"改为"raisins"。

['dʒɜːmən] [swiːt] ['tʃɒklət] [keɪk] :
GERMAN SWEET CHOCOLATE CAKE :
德语 甜的 巧克力 蛋糕 :

德国甜巧克力蛋糕:

[rɪ'piːtɪd] " [ɪn] " [rɪ'muːvd] [frɒm; frəm]
Repeated " in " removed from
重复 " 在 " 已移除 从

重复的"in"已删除

" [pleɪs] [bəʊl] [ðɪs] ['mɪkstʃə(r)][ɪn][ɪn][pæn][ɒv; əv][kəʊld]['wɔːtə(r)] .
" Place bowl this mixture in in pan of cold water .
" 地方 碗 这 混合物 在 在 平底锅 的 寒冷的 水 .

将装有混合物的碗放入冷水锅中。

" ['lemən] [mə'ræŋ] [paɪ] :
" LEMON MERINGUE PIE :
" 柠檬 蛋白酥皮 馅饼 :

柠檬蛋白酥皮派:

" [slɪgθli] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " ['slaɪtli] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪn'griːdiənts]
" sligthly " changed to " slightly " in list of ingredients
" 略微 " 已更改 到 " 轻微地 " 在 列表 的 原料

配料表中的"slightly"改为"slightly"。

['sɪŋg(ə)l][eit] " [paɪ] [krʌst] :
SINGLE 8 " PIE CRUST :
单身的 8 " 馅饼 地壳 :

单份 8 英寸派皮:

" [bɪl] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [bɪld]
" Buil " changed to " Build
" 建造 " 已更改 到 " 建造

"已构建"已更改为"构建

" [klæm] [dɪp][fɔː(r); fə(r)][pə'teɪtəʊ] [tʃɪps]
" CLAM DIP FOR POTATO CHIPS
" 蛤 蘸 为了 土豆 芯片

蛤蜊蘸薯片

" - " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " ['wʊstəʃə(r)] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪn'griːdiənts]
" Worstershire " changed to " Worcestershire " in list of ingredients
" - " 已更改 到 " 伍斯特郡 " 在 列表 的 原料

配料表中的"Worstershire"已更改为"Worcestershire"。

[ɔːl] ['pɜːpəs] ['peɪstri] :
ALL PURPOSE PASTRY :
全部 目的 糕点 :

万能酥皮:

" [mɑːrdʒɚiːn] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˌmɑːdʒəˈriːn] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]
" **margerine** " **changed** **to** " **margarine** " **in** **list** **of** **ingredients**
" 人造黄油 " 已更改 到 " 人造黄油 " 在 列表 的 原料

配料表中的“margerine”已改为“margarine”。

" [ɪndɛfənətli] " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ɪnˈdefɪnətli]
" **indefinately** " **changed** **to** " **indefinitely**
" 无限期 " 已更改 到 " 无限期

“indefinately”改为“indefinitely”

" [ˈbɜːtʃə(r)] [mjuːz] :
" **BIRCHER** **MUES** **:**
" 伯彻 骡子 :

“BIRCHER MUES：

" - " [tʃeɪndʒd] [tuː; tə] " [ˈtiːspuːn] " [ɪn][lɪst][ɒv; əv] [ɪnˈgriːdiənts]
" **teasoons** " **changed** **to** " **teaspoons** " **in** **list** **of** **ingredients**
" - " 已更改 到 " 茶匙 " 在 列表 的 原料

配料表中的“teaoons”改为“teaspoons”。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神